

Lukiolaisten perfektionismiprofiilit ja tavoiteorientaatiot matematiikassa ja englannissa

Helsingin yliopisto
Kasvatustieteiden maisteriohjelma
Yleinen ja aikuiskasvatustiede
Pro gradu -tutkielma 30 op
Kasvatustiede
Tammikuu 2020
Anna Kuusi-Naumanen

Ohjaajat: Heta Tuominen, Patrik
Scheinin, Petri Ihantola



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Kasvatustieteellinen tiedekunta		
Tekijä - Författare - Author Anna Kuusi-Naumanen		
Työn nimi - Arbetets titel Lukiolaisten perfektionismiprofiilit ja tavoiteorientaatiot matematiikassa ja englannissa		
Title: Upper secondary school students' perfectionism profiles and achievement goal orientations in mathematics and English		
Oppiaine - Läroämne - Subject Yleinen ja aikuiskasvatustiede		
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Pro gradu -tutkielma / Heta Tuominen, Patrik Scheinin, Petri Ihanola	Aika - Datum - Month and year Tammikuu 2020	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 60 s.
<p>Tiivistelmä - Referat – Abstract</p> <p>Moniulotteista perfektionismia on luonnehdittu kahden yksilöllisen taipumuksen avulla: <i>perfektionistiset pyrkimykset</i>, joilla viitataan pyrkimykseen asettaa äärimmäisen korkeita tavoitteita, sekä <i>perfektionistiset huolet</i>, joilla viitataan omien suoritusten liiallisen ja ylikriittiseen arviointiin. Tavoiteorientaatioilla viitataan yksilön vakiintuneisiin taipumuksiin suosia tietyn tyyppisiä tavoitteita suoritustilanteissa. Näiden kahden lähestymistavan, perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden, avulla on pyritty ymmärtämään opiskelijoiden itselleen asettamien tavoitteiden tasoa ja laatua. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden yhteyksiä lukioikäisten keskuudessa. Tutkimuksessa hyödynnettiin ryhmittelevää lähestymistapaa ja opiskelijoita luokiteltiin heidän perfektionististen taipumuksiensa, pyrkimysten ja huolten, perusteella. Aikaisemmissa tutkimuksissa perfektionismiryhmät ovat eronneet tavoiteorientaatioiden suhteen. Tämän tutkimuksen toisena tavoitteena oli selvittää, löytyykö perfektionismiryhmien välillä mielekkäitä eroja myös oppiainekohtaisissa (ts. matematiikka ja englanti) tavoiteorientaatioissa.</p> <p>Tutkimuksen aineisto kerättiin verkkokyselyllä eteläsuomalaisessa lukiossa ja kyselyn täytti 434 lukion opiskelijaa. Opiskelijat ryhmiteltiin TwoStep klusterianalyysin avulla. Ryhmien välisiä eroja tavoiteorientaatioissa kahdessa eri oppiaineessa tutkittiin varianssianalyysin avulla.</p> <p>Tutkimuksessa löydettiin neljä perfektionismiryhmää (<i>perfektionistit</i> 21,3%, <i>kunnianhimoiset</i> 23,8%, <i>huolestuneet</i> 35,6% ja <i>ei-perfektionistit</i> 19,2%). <i>Kunnianhimoisilla</i> korostui suhteessa muihin ryhmiin oppimisorientaatio, saavutusorientaatio, ja suoritus-lähestymisorientaatio, kun taas <i>huolestuneet</i> saivat suhteellisesti korkeampia arvoja suoritus-välttämisorientaatioissa ja välttämisorientaatioissa. <i>Perfektionisteilla</i> oli useita samanaikaisia tavoitteita ja suhteellisesti korkeat arvot kaikissa orientaatioissa, kun taas <i>ei-perfektionisteilla</i> oli muihin verrattuna matalat arvot kaikissa muissa orientaatioissa, paitsi välttämisorientaatioissa. Ryhmien eroavaisuudet oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa olivat saman suuntaisia kummassakin oppiaineessa, mutta joitakin pieniä eroja löytyi oppiaineiden välillä. Korkeat huolet näyttivät olevan yhteydessä suoritus- ja välttämisorientaatioihin. Erityisesti <i>perfektionisteilla</i>, mutta myös <i>huolestuneilla</i>, näyttää olevan riskinä oppimisen kannalta epäsuotuisten tavoitteiden asettaminen. Tämä olisi hyvä huomioida opetuksessa sekä opintojen ohjauksessa ja opiskelijahuollossa.</p>		
Avainsanat - Nyckelord Perfektionismi, perfektionismiprofiilit, tavoiteorientaatiot, henkilösuuntautunut lähestymistapa		
Keywords Perfectionism, perfectionism profiles, achievement goal orientations, person-oriented approach		
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet)		
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information		



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Faculty of Educational Sciences		
Tekijä - Författare - Author Anna Kuusi-Naumanen		
Työn nimi - Arbetets titel Lukiolaisten perfektionismiprofiilit ja tavoiteorientaatiot matematiikassa ja englannissa		
Title Upper secondary school students' perfectionism profiles and achievement goal orientations in mathematics and English		
Oppiaine - Läroämne - Subject General and Adult Education		
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Master's Thesis / Heta Tuominen, Patrik Scheinin, Petri Ihantola	Aika - Datum - Month and year January 2020	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 60 pp.
<p>Tiivistelmä - Referat – Abstract</p> <p>Multidimensional perfectionism is characterised by a combination of two individual tendencies: <i>perfectionistic strivings</i>, which refer to striving for excessively high personal standards, and <i>perfectionistic concerns</i>, which refer to evaluating overly critically one's own accomplishments. Achievement goal orientations refer to individuals generalized tendencies to favour certain types of goals in achievement settings. Together these frameworks address both the level and the quality of goals students set for themselves. The purpose of the present study was to examine the relationships between perfectionism and achievement goal orientations among upper secondary school students. This study utilized a group-based approach and classified students based on their patterns of perfectionistic strivings and perfectionistic concerns. In previous studies, subgroups of perfectionists have differed in their achievement goal orientations. Here, it was further investigated whether these subgroups show meaningful differences also in their subject-specific (i.e., mathematics and English) achievement goal orientations.</p> <p>The participants in the present study were 434 general upper secondary school students from Southern Finland, who completed online questionnaires. Students were classified by using TwoStep cluster analysis, and group differences in achievement goal orientations in two different school subjects were examined through analyses of variance.</p> <p>Four distinct perfectionism profiles (<i>perfectionists</i> 21,3%, <i>ambitious</i> 23,8%, <i>concerned</i> 35,6% and <i>non-perfectionists</i> 19,2%) were identified. The <i>ambitious</i> students highlighted mastery-intrinsic, mastery-extrinsic, and performance-approach orientations, while the <i>concerned</i> highlighted relatively more performance-avoidance and avoidance orientations. The <i>perfectionists</i> displayed high values in all orientations, while the <i>non-perfectionists</i> had relatively low value in all orientations, except for the avoidance orientation. Differences in subject-specific orientations were rather similar in both subjects, yet small differences were found. High concerns seemed to be linked with performance- and avoidance orientations. Especially the <i>perfectionists</i>, but also the <i>concerned</i>, are at the risk of adopting maladaptive goals and it might be useful to consider this in teaching and student counselling.</p>		
Avainsanat - Nyckelord Perfektionismi, perfektionismiprofiilit, tavoiteorientaatiot, henkilösuuntautunut lähestymistapa		
Keywords Perfectionism, perfectionism profiles, achievement goal orientations, person-oriented approach		
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsinki University Library – Helda / E-thesis (theses)		
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information		

Sisällys

1	JOHDANTO	1
2	PERFEKTIONISMI	4
2.1	Perfektionismin määritelmä	4
2.2	Perfektionismitutkimuksen historiaa	6
2.3	Perfektionismin ulottuvuudet ja ulottuvuuksien yhteydet oppimiseen ja suoriutumiseen liittyviin tekijöihin	11
2.4	Perfektionismiryhmät ja niiden erot erilaisissa oppimiseen ja suoriutumiseen liittyvissä tekijöissä.....	12
3	TAVOITEORIENTAATIO	17
3.1	Tavoiteorientaation määritelmä	17
3.2	Mitä tavoitteet ovat?	17
3.3	Tavoiteorientaatioiden ulottuvuudet ja yhteydet motivaatioon, oppimiseen ja saavutuksiin	20
4	PERFEKTIONISMIN JA TAVOITEORIENTAATIOIDEN YHTEYDET	23
5	TUTKIMUKSEN TAVOITTEET JA OLETUKSET	26
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	28
6.1	Osallistujat	28
6.2	Mittarit	28
6.3	Analysit.....	29
6.3.1	Eksploratiivinen faktorianalyysi	29
6.3.2	Klusterianalyysi.....	30
6.3.3	Varianssianalyysi.....	31
7	TUTKIMUSTULOKSET	32
7.1	Muuttujien rakenteellinen tarkastelu	32
7.2	Muuttujien väliset korrelaatiot	35
7.3	Perfektionismiryhmien muodostaminen	36
7.4	Perfektionismiryhmien erot oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa.....	39
8	LUOTETTAVUUS	43
9	POHDINTAA	46
	LÄHTEET	52

TAULUKOT

Taulukko 1. SAPS (Short Almost Perfect Scale) mittari	9
Taulukko 2. Perfektionismin faktorirakenne ja kommunaliteetit (h^2) lukioikäisillä opiskelijoilla	33
Taulukko 3. Muuttujien kuvailevat tiedot ja reliabiliteettikertoimet	34
Taulukko 4. Summamuuttujien korrelaatiot (Pearson)	35
Taulukko 5. Ryhmien väliset erot perfektionismin ulottuvuuksissa	38
Taulukko 6. Perfektionismiryhmien erot oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa	39

KUVIOT

Kuvio 1. Perfektionismin kaksi ulottuvuutta (Stoeber & Otto)	13
Kuvio 2. Perfektionismiryhmät (standardoidut muuttujakeskiarvot)	37
Kuvio 3. Perfektionismiryhmät, tavoiteorientaatioiden keskiarvot matematiikka	40
Kuvio 4. Perfektionismiryhmät, tavoiteorientaatioiden keskiarvot englanti	41

1 Johdanto

Opettaja tunnistaa usein opiskelijoistaan ne, jotka voivat hyvin ja ovat motivoituneita. Myös motivaation puute, joka voi näkyä esimerkiksi arvosanojen laskuna, on usein tunnistettavissa. Hyvin menestyvien joukosta voi sen sijaan olla vaikeampaa erottaa niitä opiskelijoita, jotka oireilevat hyvistä arvosanoista huolimatta. Opiskelija voi ottaa kovia paineita menestyksestään, ja joskus hyvä suorituskaan ei tunnut riittävän. Opiskelija kokee oppimistilanteen yksilöllisesti ja toimii siinä parhaaksi katsomallaan tavalla. Tuomisen ym. (2017) mukaan opiskelijan toimintaan vaikuttaa se, miten hän tulkitsee oppimistilanteen (ks. myös Boekaerts & Niemivirta, 2000).

Yksilölliset erot motivaatiossa ja tavoitteiden asettamisessa vaikuttavat opiskelijan valintoihin ja toimintaan sekä siihen, kuinka paljon opiskelija panostaa opintoihinsa tai mihin hän on tyytyväinen (Wong & Csikszentmihalyi, 1991). Opiskelijan toimintaan voidaan nähdä vaikuttavan esimerkiksi kaksi erilaista ajattelutapaa tai psykologista mallia, perfektionismi ja tavoiteorientaatiot. Sekä perfektionismi että tavoiteorientaatiot liittyvät tavoitteiden asettamiseen. Perfektionismi liittyy siihen, kuinka korkeita tavoitteita asetetaan ja tavoiteorientaatiot taas siihen, millaisia tavoitteita asetetaan (Ståhlberg, Tuominen, Pulkka & Niemivirta, 2019). Perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden kautta voidaan ymmärtää sitä, miten opiskelijat tulkitsevat ympäristöään ja vastaavat sen vaatimuksiin. Perfektionismiin ja tavoiteorientaatioihin on liitetty erilaisia ajattelutapoja ja erilaisia käytösmalleja, joita tutkimalla voidaan ymmärtää opiskelijan toiminnan taustoja (Hanchon, 2010).

Perfektionismi on monelle tuttu käsite. Perfektionismi tulee latinan kielisestä sanasta *perfectus* ja se tarkoittaa pyrkimystä täydellisiin suorituksiin, sekä vaadittua korkeamman suoritustason tavoittelua (Aikio & Vornanen, 1997). Perfektionisti vaatii itseltään korkeampaa suorituksen laatua kuin mitä tilanne vaatisi (Hollender, 1978). Perfektionismi nähdään persoonaan liittyvänä moniulotteisena taipumuksena, joka erottaa ihmisiä toisistaan sen mukaan, miten korkeita pyrkimyksiä he asettavat itselleen ja kuinka tyytyväisiä he ovat suorituksiinsa (Hanchon, 2010; Shih, 2012). Moniulotteisuudella tarkoitetaan tässä sitä, että perfektionismilla on sekä adaptiivisia (positiivisia) että maladaptiivisia (negatiivisia) ilmenemismuotoja (Hanchon, 2010) ja sen vaikutukset yksilöön nähdään sekä positiivisina että negatiivisina (Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990). Vaikka alun perin perfektionismitutkimus keskittyi enemmänkin perfektionismin negatiivisiin vaikutuksiin (Blatt, 1995; Pacht, 1984) niin perfektionismin ei myöhemmin ole nähty enää edustavan ainoastaan negatiivisia, toimimattomia luonteenpiirteitä (Stoeber & Otto, 2006).

Tietynlaisesta perfektionismista on nähty olevan hyötyä esimerkiksi tavoitteen asettamisessa, menestyksen tavoittelussa ja kurinalaisuudessa (Capan, 2010). Vaikka perfektionismia määritellään eri tavoin, on yhteisymmärrykseen päästy siitä, että perfektionismia luonnehtii yleensä kaksi ulottuvuutta, perfektionistiset pyrkimykset (engl. perfectionistic strivings) ja perfektionistiset huolet (engl. perfectionistic concerns) (Damian, Stoeber, Negru-Subtirica & Baban, 2017; Rice, Richardson & Tueller, 2014; Stoeber & Otto, 2006; Ståhlberg ym., 2019) ja se on laajasti nähty äärimmäisen korkeiden pyrkimysten ja yli-kriittisen itsearviointin yhdistelmänä (Curran & Hill, 2017).

Sitä mitä ihminen haluaa saavuttaa, voidaan tutkia myös tavoitteiden tasolla, sillä tavoitteet ovat niitä vaikuttimia, jotka saavat meidät toimimaan (Pintrich, 2000). Tavoiteorientaatioilla tarkoitetaan sitä tapaa, jolla opiskelija suuntautuu oppimistilanteeseen (Niemi-virta, Pulkka, Tapola, & Tuominen, 2019; Tuominen-Soini, 2014). Toiset opiskelijat tavoittelevat oppimista ja ymmärtämistä, toiset taas enemmän suorituksia, menestymistä ja muiden päihittämistä. Lisäksi jotkut yrittävät selvitä koulutyöstä mahdollisimman vähällä vaivalla välttelemällä kouluun liittyvää työtä (Tuominen-Soini, 2014). Tavoiteorientaatiotutkimuksen avulla on pyritty saamaan ymmärrystä opiskelijoiden motivaation lähteistä (Kaplan & Maehr, 2007) ja siitä, miksi ja miten opiskelijat yrittävät saavuttaa jotakin (Varonen, Tuominen, Hietajärvi, Salmela-Aro, Hakkarainen & Lonka, 2018).

Opiskelijan perfektionistiset taipumukset ja se, mitä hän oppimistilanteessa tavoittelee eli tavoiteorientaatiot vaikuttavat oppimisen lisäksi hänen hyvinvointiinsa. Korkeat pyrkimykset auttavat opiskelijaa menestymään opinnoissaan. Tutkimuksissa on huomattu, että korkeiden pyrkimysten rinnalla saattaa kulkea epäonnistumisen pelko tai tyytymättömyys omiin suorituksiin (Damian ym., 2017; Hanchon, 2010). Tämän vuoksi pelkäänsä arvosanojen tai suoritusten perusteella ei saa käsitystä opiskelijan pyrkimyksistä tai motivaatiosta (Tuominen-Soini, 2014). Perfektionismia ja tavoiteorientaatioita yhdessä tutkimalla voidaan selvittää, kuinka korkeita tavoitteita opiskelijat asettavat itselleen ja miten he arvioivat itseään näiden tavoitteiden saavuttamisessa sekä miten perfektionismi ja tavoiteorientaatiot ovat yhteydessä tavoitteisiin (Ståhlberg ym. 2019).

Tämän tutkimuksen kohderyhmänä on lukion opiskelijat. Tutkimuksessa hyödynnetään henkilösuuntautunutta tutkimusotetta, jonka avulla on mahdollista tutkia ryhmien välisiä eroja ja yhtäläisyyksiä (ks. esim. Niemivirta ym., 2019; Tuominen ym., 2017; Varonen ym., 2018). Tutkimuksen tarkoituksena on ryhmitellä lukioikäisiä opiskelijoita perfektionististen ulottuvuuksien perusteella sekä tutkia, millä tavoin perfektionismiryhmät eroavat oppiainekohtaisten tavoiteorientaatioiden (matematiikka ja englanti) suhteen.

Perfektionismia tutkittaessa on hyödynnetty esimerkiksi ryhmittelevää tutkimustapaa, jolloin tutkittavista on muodostettu ryhmiä perfektionismiulottuvuuksien perusteella (ks. esim. Ståhlberg ym., 2019). Perfektionisteja on jaettu Hamacheikin (1978) tutkimusten pohjalta kahteen ryhmään, adaptiivisiin (positiiviset piirteet) ja maladaptiivisiin (negatiiviset piirteet), sekä lisäksi kolmantena ryhmänä on ollut ei-perfektionistit (mm. Rice & Ashby, 2007). Uusimmissa perfektionistitutkimuksissa ryhmiä on identifioitu neljä (mm. Rice ym., 2011; Sironic & Reeve, 2011; Ståhlberg ym., 2019). Tutkimuksissa adaptiivisen perfektionismin on huomattu olevan yhteydessä oppimis- ja suoritustavoitteisiin, ja maladaptiivisen perfektionismin on nähty olevan yhteydessä oppimisen tavoittelun lisäksi suoritus- ja välttämistavoitteisiin, kuten toisten päihittämiseen tai kyvyttömältä näyttämisen välttämiseen (Hanchon, 2010; Speirs Neumeister & Finch, 2006; Verner-Filion & Gaudreau, 2010). Perfektionististen piirteiden on todettu lisääntyneen opiskelijoiden keskuudessa viimeisen 25 vuoden aikana (Curran & Hill, 2017). Tämänkin vuoksi on tärkeää tiedostaa ja tunnistaa perfektionismin haitallisia piirteitä ja vaikutusmekanismeja.

Aiemmissa tutkimuksissa perfektionismiryhmät ovat eronneet tavoiteorientaatioiden suhteen (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Koska mielenkiintoisia eroja on aiemmin löytynyt, on kiinnostavaa tutkia, löytyykö eroja myös oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa. Vastaavia tutkimuksia, joissa olisi tarkasteltu perfektionismiryhmien eroja useampaan oppiaineeseen liittyvissä tavoiteorientaatioissa ei tietääkseni ole.

Kirjallisuuskatsaus muodostuu kolmesta luvusta. Ensimmäiseksi käsitellään perfektionismia, tämän jälkeen tavoiteorientaatioita ja kolmanneksi perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden yhteyksiä. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat kaksi seuraavaa: 1. Minkälaisia perfektionismiryhmiä voidaan löytää lukiolaisten keskuudesta? 2. Millä tavoin perfektionismiryhmät eroavat toisistaan oppiainekohtaisten (matematiikka ja englanti) tavoiteorientaatioiden suhteen? Tutkimus on kvantitatiivinen ja vastauksia tutkimuskysymyksiin etsitään faktorianalyysin, varianssianalyysin ja ryhmittelyanalyysin avulla.

2 Perfektionismi

Perfektionismi nähdään persoonaan liittyvänä moniulotteisena taipumuksena ja sen vaikutukset yksilöön ovat sekä positiivisia että negatiivisia. Perfektionismi jaetaan kahteen ulottuvuuteen, *perfektionistiset pyrkimykset* (engl. perfectionistic strivings), jotka näkyvät erittäin korkeiden tavoitteiden asettamisena ja täydellisyyden tavoitteluna, sekä *perfektionistiset huolet* (engl. perfectionistic concerns), jotka näkyvät omien saavutusten liian kriittisenä arvioimisena, ristiriidan tunteena omien standardien ja suoritusten välillä sekä virheiden tekemisen pelkona tai neuroottisuutena (Damian ym., 2017; Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990; Stoeber & Otto, 2006; Ståhlberg ym., 2019).

2.1 Perfektionismin määritelmä

Perfektionismia luonnehtii pyrkimys virheettömyyteen sekä ylettömän korkeiden tavoitteiden asettaminen suorituksille. Lisäksi perfektionismiin liittyy taipumus käytöksen ja toiminnan ylikriittiseen arviointiin sekä kyvyttömyys olla tyytyväinen omiin suorituksiin (Hewitt & Flett, 1991; Stoeber & Otto, 2006) sekä tunnollisuus ja hyväksynnän hakeminen (Hollender, 1978). Syyt perfektionististen tavoitteiden asettamiselle on nähty eri tutkimuksissa hieman eri tavoin. Perfektionisti voi pyrkiä täyttämään itse asettamiaan korkeita tavoitteita, hän voi asettaa toisille korkeita tavoitteita tai kokea paineita muiden suunnasta ja pyrkiä miellyttämään muita tekemisellään ja pelätä sosiaalisia seurauksia, jos ei saavuta tavoitteitaan (Curran & Hill, 2017; Damian ym., 2017; Hewitt & Flett, 1991; Speirs Neumeister & Finch, 2006; Stoeber & Rambow, 2007). Tässä tutkimuksessa on käytetty mittaria, joka ei mittaa muiden asettamien odotusten vaikutusta, vaan sitä, minäkalaisia tavoitteita yksilö asettaa itselleen.

Perfektionistitutkimuksen lähtökohtana on pidetty Hamacheikin (1978) tutkimusta: "Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism", jonka mukaan perfektionistit jaetaan kahteen tyyppiin: "normaaleihin" ja "neuroottisiin" perfektionisteihin. Sekä normaaleiden että neuroottisten perfektionistien ydin piirre on taipumus asettaa korkeita tavoitteita (Hamachek, 1978; Hollender, 1965). *Normaaleilla perfektionisteilla* tavoitteet ovat korkealla, mutta realistisia ja he kykenevät nauttimaan saavutuksistaan. *Neuroottiset perfektionistit* ovat huolissaan siitä, saavuttavatko tavoitteitaan, jotka ovat äärimmäisen korkeita. Heille omat saavutukset eivät ole juuri koskaan riittäviä. Hamacheikin (1978) mukaan normaali perfektionisti lähestyy tehtävää innostuneena ja keskittää energiansa hyvään suoritukseen. Neuroottiselle perfektionistille on taas tyypillistä ahdistua jo

ennen kuin hän alkaa lähestyä tehtävää. Normaali perfektionisti toivoo menestystä ja haluaa oppia uutta sekä odottaa taitojensa kehittymistä. Neuroottinen taas enemmänkin pelkää tappiota ja epäilee omaa osaamistaan; hän on taipuvainen välttelevään käytöseen sekä tuntee itseluottamuksen puutetta. Liiallinen huolestuminen virheiden tekemisestä johtaa Hamacheikin (1978) mukaan neuroottisia perfektionisteja tavoittelemaan päämääräänsä epäonnistumisen pelon ajanmana sen sijaan, että he näkisivät itse saavutukset tärkeinä. Jos itsensä arvioiminen on liiallisen kriittistä, on mahdollista, että se estää tavoitteiden etenemisen (Powers, Koestner & Topciu, 2005).

Frostin ym. (1990) mukaan neuroottisen perfektionistin kriittisyys itseä kohtaan vie hänet mahdollisuuden kokea tyydytystä tai positiivisia tunteita. Vaikka korkeat tavoitteet auttavat opinnoissa menestymisessä, on tavoitteet asetettu joskus niin epärealistisen korkealle, ettei niitä voi saavuttaa (Hanchon, 2010). Neuroottisella perfektionistilla on taipumus miettiä, kuinka joku asia olisi pitänyt tehdä toisin (Pacht 1984), sillä huomio kiinnittyy virheisiin ja ne koetaan tuhoisina (Rice & Ashby, 2007). Neuroottiset perfektionistit ovat äärimmäisen vaativia suoritustaan kohtaan. Itsekriittisyys omia suorituksia kohtaan nousee, sillä aiemmin asetettujen korkeiden tavoitteiden saavuttamisen epäonnistuminen aiheuttaa syyllisyyttä, häpeää, ja arvottomuuden tunteita (Shih, 2012) sekä heikentää itsetuntoa (Rice & Ashby, 2007). Toisaalta taas, jos korkeat tavoitteet saavutetaan, nousee suoritusten rima edelleen ja tavoitteet ovat entistä korkeampia (Kobori, Hayakawa & Tanno, 2008). Tehtävien suoritukseen liittyvän stressin vuoksi perfektionisti voi kärsiä myös prokrastinaatiosta, eli tehtävien liiallisesta lykkäämisestä ja vitkuttelusta virheiden tekemisen pelon vuoksi (Capan, 2010).

Normaaleita perfektionisteja on myöhemmin tutkimuksissa kutsuttu adaptiivisiksi, positiivisiksi tai terveiksi perfektionisteiksi (mm. Hanchon, 2010; Shih, 2012; Stoeber & Otto, 2006). Heillä on hyvä itsetunto (Rice & Ashby, 2007; Wang, 2012), saavutukset vahvistavat ennestään hyvää itseluottamusta ja minäpystyvyyttä, eivätkä pettymyksetkään näytä heikentävän niitä (Rice & Ashby, 2007). Adaptiiviset perfektionistit mukautuvat olosuhteissa, joissa he eivät kykene saavuttamaan tavoitteitaan (Shih, 2011). Optimistisuuden, uskon omaan kykyihin ja sitkeyden rinnalla hyvinvointiin vaikuttaa merkittävästi se, kuinka tavoitteitaan kykenee mukauttamaan ja arvioimaan uudestaan silloin, kun aiemmin asetetut tavoitteet eivät ole saavutettavissa (Wrosh, Scheier, Miller, Schulz & Carver, 2003). Onkin esitetty, että positiivisuus ja kyky nähdä ja kokea toivoa on yksi merkittävä asia, joka erottaa normaalit ja neuroottiset perfektionistit toisistaan (Ashby, Dickinson, Gnika & Noble, 2011).

Neuroottisia perfektionisteja on myöhemmin kutsuttu maladaptiivisiksi, negatiivisiksi tai epäterveiksi perfektionisteiksi (mm. Hanchon, 2010; Shih, 2012; Stoeber & Otto, 2006). Neuroottiset perfektionistit asettavat korkeita tavoitteita, mutta eivät kykene nauttimaan saavutuksistaan, sillä mikään ei tunnu riittävän heille (Frost ym., 1990; Hollender, 1978; Shih, 2012). Neuroottista perfektionistia vaivaa tunne, ettei hän millään riitä ja hän keskittyy epäonnistumisiinsa (Hollender, 1978). Erityisesti nuorten neuroottisten perfektionistien on huomattu sisäistävän virheet osana itsearvostustaan, kun taas normaalit perfektionistit osaavat erottaa paremmin suoritukset ja itsearvostuksen toisistaan – he näkevät todennäköisemmin epäonnistumiset osana oppimispolkua, eivätkä epäonnistumiset alenna itsearvostusta (Ashby ym., 2011). Neuroottiseen perfektionismiin on liitetty yleensäkin negatiivisempia piirteitä, kuten ahdistusta ja vaikeuksia ihmissuhteissa (Hanchon, 2010; Shih, 2012; Stoeber & Otto, 2006) sekä mm. masennusta (Wang, 2012) ja sosiaalista fobiaa (Ahafran & Mansel, 2001). Vaikka perfektionismiin on aiemmissa tutkimuksissa liitetty useita fyysisiä ja psyykkisiä häiriöitä ja jopa itsemurhia (mm. Blatt, 1995; Pacht, 1984; Shafran & Mansel, 2001), on silti esitetty, ettei se silti tarkoita sitä, että perfektionismi olisi itsessään näiden tilojen aiheuttaja tai että perfektionismi olisi luontaisesti tuhoisaa (Parker, 2000).

2.2 Perfektionismitutkimuksen historiaa

Perfektionismitutkimuksessa oli aiemmin pitkään vallalla ajatus siitä, että perfektionismi on negatiivinen piirre ja sen nähtiin olevan vahvasti yhteydessä neuroottisuuteen ja psykopatologiaan (Horney, 1950; Stoeber & Otto, 2006). Monet tutkijat uskoivatkin, että perfektionistit kykenivät kokemaan ainoastaan tyytymättömyyttä saavuttamattomista tavoitteista. Perfektionismi nähtiin yksilöä heikentävänä ongelmana, se liitettiin muihin psykologisiin häiriöihin (Frost, 1990; Pacht, 1984; Parker, 2000; Shafran & Mansel, 2001).

Vielä vuosikymmeniä Hamacheikin (1978) tutkimusten jälkeen oli vallalla käsitys perfektionismista ainoastaan negatiivisena ominaisuutena. Tutkimuksen ansioista ymmärrys perfektionismin eri ilmenemismuodoista ja siihen liitetystä seurauksista, jotka on nähty myöhemmin myös positiivisina, on lisääntynyt (Shih, 2011; Slaney & Ashby, 1996; Stoeber & Otto, 2006). Kaksi tutkimusryhmää (Frost ym., 1990 sekä Hewitt & Flett, 1991) kehittivät toisistaan erillään 1990-luvun alussa samankaltaiset perfektionismia mittaavat mittarit. Kumpikin tutkimusryhmä antoi mittarilleen nimeksi Multidimensional Perfectionism Scale (MPS), sillä mittareiden avulla pyrittiin todistamaan, että perfektionismi on

moniulotteinen ominaisuus (Stoeber & Otto, 2006). Nämä tutkimukset ovat edistäneet merkittävästi perfektionismin tutkimusta (Blatt, 1994).

Frostin ym., (1990) kehittämän Multidimensional Perfectionism Scale (MPS)- mittarin kuusi ulottuvuutta olivat: henkilökohtaiset standardit, organisointi (pyrkimys järjestykseen ja organisointiin), huoli virheiden tekemisestä (uskomus, että virheiden tekeminen johtaa toisten kunnioituksen menettämiseen), oman suorituksen laadun epäileminen (itsevarmuus tehtävien suorittamisessa), uskomus vanhempien korkeista odotuksista ja vanhempien kriittisyys (Frost ym. 1990; Shih, 2012). Hewittin & Flettin (1991) Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) muodostui kolmesta ulottuvuudesta, jotka kuvasivat enemmänkin perfektionismin alkuperää ja joissa on yksilön sisäisen kamppailun lisäksi mukana myös ihmisten välinen ulottuvuus: Toisiin kohdistuva perfektionismi (engl. *other-oriented perfectionism*), itseen kohdistuva perfektionismi (engl. *self-oriented perfectionism*), ja perfektionismi, jossa täytetään toisten odotuksia (engl. *socially prescribed perfectionism*). Perfektionistit näkevät siis korkeat tavoitteet heidän itsensä asettamina, toisten asettamina tai heillä on korkeita odotuksia toisia kohtaan (Hewitt & Flett, 1991; Mills & Blankstein, 2000; Stoeber & Otto, 2006).

Perfektionismin käsitteellistäminen positiiviseksi ja negatiiviseksi on tapahtunut faktori-analyysin ja ryhmittelyanalyysin avulla (Rice & Ashby, 2007; Slaney, Ashby & Trippi 1995; Wang, 2012). Kun edellä mainitut kaksi erillistä MPS- mittaria (Frost ym., 1990; Hewitt & Flett, 1991) yhdistettiin samaan faktorianalyysiin, ulottuvuudet latautuivat kahdelle faktorille (tai kolmelle, kun APS-R otettiin mukaan (Suddarth & Slaney, 2001), jossa kolmas faktori muodostui järjestys/organisointiosioista). Toiselle faktorille latautuivat huoli virheiden tekemisestä, vanhempien odotukset ja vanhempien kritiikki, omien suoritusten epäily (Frost ym., 1990) ja toisten odotukset omille suorituksille (*socially prescribed perfectionism*, Hewitt & Flett, 1991). Tämä siis selvästi edusti perfektionismin negatiivista määrittelyä. Toiselle faktorille taas latautuivat henkilökohtaiset standardit, organisointi, omat odotukset omille suorituksille (*self-oriented perfectionism*) ja omat odotukset toisten suorituksille (*other-oriented perfectionism*) (Frost ym., 1993; Stoeber & Otto, 2006). Frost ym., (1993) osoittivat, että perfektionismin eri puolet yhdistyvät perfektionismin kahdeksi perusulottuvuudeksi, ja että kaksi perusulottuvuutta ovat yhteydessä eri luonteenpiirteisiin. Lisäksi he osoittivat, että ainoastaan toinen ulottuvuus, perfektionistiset huolet, on yhteydessä negatiivisiin luonteenpiirteisiin, kun taas perfektionistiset pyrkimykset ovat yhteydessä positiivisiin luonteenpiirteisiin.

Myöhemmin kehitetyn mittarin, *The Almost Perfect Scale—Revised* (APS-R; Slaney ym., 2001), avulla haluttiin myös osoittaa, että perfektionismi ei ole ainoastaan negatiivinen taipumus, vaan siihen liittyy sekä negatiivisia että positiivisia ulottuvuuksia (Rice, Ashby & Slaney, 2007). APS-R sisältää kolme ulottuvuutta, jotka mittaavat korkeita standardeja (engl. standards, 7 väittämää), järjestystä (engl. order, 4 väittämää) sekä perfektionistisia huolia (engl. discrepancy, 12 väittämää). Korkeammat pisteet tässä mittarissa ennakoivat korkeampia tasoja pyrkimyksissä, järjestyksessä ja huolissa (Rice ym., 2014; Slaney ym., 2001). Erityisesti korkeat pisteet huolissa, viittasivat negatiiviseen perfektionismiin, sillä ne osoittivat kuilua odotusten ja pyrkimysten sekä arvioitujen saavutusten ja oman suorituskyvyn välillä (huolet ja epäonnistumisen pelko) (Rice ym., 2007).

Kolmen faktorin malli sai tukea tutkimuksissa (mm. Suddarth & Slaney, 2001), mutta kolmas faktori jäi myöhemmin pois sillä seurauksella, että järjestyksen oletettiin sisältyvän samaan faktoriin pyrkimysten kanssa. Tämän faktorin oletettiin mittaavan perfektionismin positiivisia ominaisuuksia (Slaney ym., 2001). Myöhemmin tilalle tuli vielä malli *The Short Almost Perfect Scale* (SAPS; Rice ym., 2014), jossa perfektionismin kahta ulottuvuutta, pyrkimyksiä ja huolia, mitattiin vain kahdeksalla väittämällä. Neljä väittämää mitasi perfektionistisia pyrkimyksiä ja neljä perfektionistisia huolia (Rice ym., 2014). Tässä tutkimuksessa on käytetty tätä edellä esiteltyä mittaria (SAPS), jossa perfektionismia on mitattu kahdeksalla väittämällä. Väittämät on suunniteltu mittaamaan asenteita, joita yksilöllä on itseään kohtaan. Alkuperäiset väittämät ovat taulukossa 1.

Taulukko 1. SAPS (Short Almost Perfect Scale) mittari (Rice ym., 2014)

1. I have high expectations for myself
2. Doing my best never seems to be enough
3. I set very high standards for myself
4. I often feel disappointment after completing a task, because I know I could have done better
5. I have a strong need to strive for excellence
6. My performance rarely measures up to my standards
7. I expect the best from myself
8. I am hardly ever satisfied with my performance
SAPS pisteytys: Pyrkimykset = 1, 3, 5, 7 Huolet = 2, 4, 6, 8

Hamachekin (1978) luonnehdinta perfektionismin jaosta kahteen tyyppiin, neuroottiseen ja normaaliin, on luonut teoreettisen pohjan useille myöhemmille tutkimuksille, joissa perfektionismia on tutkittu monesta näkökulmasta käsin (Frost ym., 1993; Hanchon, 2010; Hewitt & Flett, 1991). Perfektionisteja onkin jaettu tämän jälkeen tutkimuksesta riippuen normaaleihin / neuroottisiin (Hamachek, 1978), positiivisiin / negatiivisiin tai adaptiivisiin / maladaptiivisiin (mm. Frost ym.1990; Hanchon, 2010; Shih, 2012) ja ei-perfektionisteihin (Shih, 2012; Stoeber & Rambow, 2007) tai mm. epäterveeseen / terveeseen perfektionismiin (Parker, 2000; Stoeber & Otto, 2006). Perfektionismin on nähty olevan lähtöisin myös itsestä (engl. personal perfectionism) tai perheen (engl. family perfectionism) odotuksista käsin (Wang, 2012).

Tutkimuksissa perfektionismia luonnehtiva taipumus asettaa korkeita päämääriä (Hamachek, 1978; Hollender, 1965; Pacht, 1984) ei itsessään ole patologinen ominaisuus, vaan sillä on havaittu olevan useita positiivisia seurauksia ja ilmenemismuotoja. Perfektionismi on myöhemmin nähty moniulotteisena ominaisuutena, johon on maladaptiivisten ja adaptiivisten toimintatapojen lisäksi liitetty myös häiriöitä (Blatt, 1994). Kun aiempi tutkimus keskittyi perfektionismin ydinulottuvuuksien seurauksiin, on myöhempi tutkimus keskittynyt tutkittavien ryhmittelyyn ulottuvuuksien perusteella eli siihen, miten ryhmät

eroavat näiden ominaisuuksien suhteen, ja miten nämä ominaisuudet näkyvät eri tavoin eri yksilöillä (Gaudreau & Thompson, 2010). Vaikka aikaisempi kirjallisuus keskittyikin perfektionismin haitallisuuteen, nykyinen tutkimus lähtee siitä, että tietynlaisesta perfektionismista on myös hyötyä yksilölle (Hanchon, 2010).

Tutkijoiden kesken ei ole kuitenkaan yhteistä näkemystä siitä, voiko perfektionismia kutsua positiiviseksi, adaptiiviseksi tai terveeksi. Myös korkeat pyrkimykset sinänsä on nähty eri tutkimuksissa eri tavoin; itsessään terveinä, epäterveinä tai neutraaleina (Gaudreau & Thompson, 2010). Näkemyseroista huolimatta on olemassa yhteisymmärrys siitä, että perfektionistitutkimuksen kaksi ydinkäsitettä ovat *perfektionististen pyrkimysten* ulottuvuus, johon sisältyy korkeat standardit ja itseän suuntautunut perfektionismi, jossa täytetään omia odotuksia (engl. self-oriented perfectionism) sekä *perfektionististen huolten* ulottuvuus, johon sisältyy virheiden tekemisen pelko, epäily tai kriittisyys omia suorituksia kohtaan, sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi (engl. socially prescribed perfectionism), jossa uskotaan muiden asettavan itselle odotuksia ja korkeita standardeja sekä koettu ristiriita todellisten saavutusten ja korkeiden odotusten välillä (Stoeber & Otto, 2006).

Syynä lapsen kehittyvälle perfektionismille on tutkimuksissa nähty muun muassa sosiaaliset syyt, jossa lapsi stressin seurauksena pyrkii ratkaisemaan sisäisen stressinsä pyrkimällä täydellisyyteen (Horney, 1950). Tähän voivat ajaa kodin tunneilmastot, jossa lasta ei hyväksytä tai jossa hyväksyntä on epä johdonmukaista tai jossa lapsen hyväksyntä on ehdollista (Pacht, 1984). Erityisesti herkkien lasten on nähty olevan alttiita perfektionismin kehittymiselle, etenkin, jos lapsi kokee turvattomuutta ja epävarmuutta suhteessa vanhempiinsa (Hollender, 1978). Perfektionismin pohjalla voivat olla vanhempien korkeat odotukset sekä vanhempien kriittisyys (Curran & Hill, 2017; Rice & Ashby, 2007; Shih, 2012; Stoeber & Otto, 2006) tai vanhemmilta omaksuttu perfektionistinen käytös (Shafran & Mansel, 2001). Myös vanhemmuustyylin ja kiintymyssuhteen laadun on nähty olevan yhteydessä perfektionismiin (Speirs Neumeister & Finch, 2006; Rice & Mirzadeh, 2000). Perfektionismin taustalla on esitetty myös löytyvän yhteiskunnan kilpailun lisääntymistä, individualismia, neoliberalismia, ihmisen ansioiden korostumista urakehityksessä, ja esimerkiksi lisääntyntä sosiaalisen median käyttöä. Opiskelijat myös asettavat korkeampia odotuksia itselleen ja tavoittelevat täydellisyyttä enemmän kuin edelliset sukupolvet (Curran & Hill, 2017).

2.3 Perfektionismin ulottuvuudet ja ulottuvuuksien yhteydet oppimiseen ja suoriutumiseen liittyviin tekijöihin

Perfektionismia on määritelty eri tavoin eri tutkijoiden toimesta. Yksi syy näiden erojen taustalla on mahdollisesti se, että perfektonismitutkimuksessa on käytetty sekä perfektonismin ulottuvuuksiin perustuvaa (engl. dimensional) että ryhmittelevää (engl. group-based) lähestymistapaa. Perfektionismin ulottuvuuksiin keskittyvässä lähestymistavassa tutkimukseen on otettu mukaan perfektonismin kaksi erillistä ulottuvuutta, perfektonistiset pyrkimykset ja perfektonistiset huolet, jolloin on voitu tutkia näiden välisiä korrelaatioita. Pyrkimykset kuvaavat pääasiassa perfektonismin positiivisia puolia ja huolet negatiivisia (Stoeber & Otto, 2006; Ståhlberg ym., 2019).

Perfektionismin ulottuvuudet on tutkimuksissa yhdistetty erilaisiin positiivisiin ja negatiivisiin seurauksiin. Perfektonistiset pyrkimykset on yhdistetty korkeisiin akateemisiin suoriutuksiin, hyvään itsetuntoon, menestyksen tavoitteluun ja opiskelumotivaatioon (Damian ym., 2017; Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019). Perfektonistiset pyrkimykset saattavat ajan myötä lisätä kognitiivista kouluun sitoutumista, ja kouluun sitoutumisella on todettu olevan merkitystä opintomenestyksen kanssa. Opiskelijat, jotka asettavat itselleen korkeita tavoitteita pyrkivät oppimaan ja ymmärtämään opetettuja asioita ja kokevat enemmän positiivisia tunteita opiskeluun liittyen (Damian ym., 2017).

Perfektonistiset huolet ovat olleet yhteydessä esimerkiksi suhteellista menestystä korostaviin tavoitteisiin, välttämiskäytökseen (Ståhlberg ym., 2019), masennukseen, heikkompiin saavutuksiin ja matalampaan itsetuntoon (Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019). Opiskelijan voimakkaat pettymyksen tunteet epäonnistumisen yhteydessä (perfektonistiset huolet), ovat yhteydessä epäonnistumisen pelkoon sekä tehtävän välttämiseen (Stoeber & Rambow, 2007). Epätäydellisyyden ja virheiden pelko ovat yhteydessä heikompaan henkiseen hyvinvointiin ja somaattiseen oireiluun (Stoeber & Rambow, 2007). Huoli omasta kyvykkyydestä voi muodostua jopa oppimisen esteeksi (Niemivirta ym., 2013).

Yksilön itselleen asettamat korkeat tavoitteet (self-oriented perfectionism) ovat yksilölle positiivinen asia, jos virheiden teosta tai muiden negatiivisista arvioinneista ei ole ylettömän huolestunut (Stoeber & Otto, 2006). Usein korkeita tavoitteita asettavalla on kuitenkin myös sopeutumiskykyä ja kekseliäisyyttä. Valitettavan usein perfektonismiin kuitenkin liittyy epärealististen tavoitteiden rinnalla itsensä intensiivistä tarkkailua ja kritiikkiä

itseä kohtaan. Lisäksi yksilö voi olla kyvytön hyväksymään puutteitaan ja virheitään. Perfektionismi saattaa siis koostua aktiivisesta pyrkimyksestä olla virheetön (Blatt, 1995) ja tämä saattaa aiheuttaa perfektionistille myös masennusta (Hewitt & Flett, 1990). Olisikin tärkeää erottaa, onko taipumus itsensä kriittiseen arvioimiseen realistista suorituksen arviointia vai ja epärealistisiin uskomuksiin ja ylikriittiseen arviointiin johtava luonteen ominaisuus (Wang, 2012).

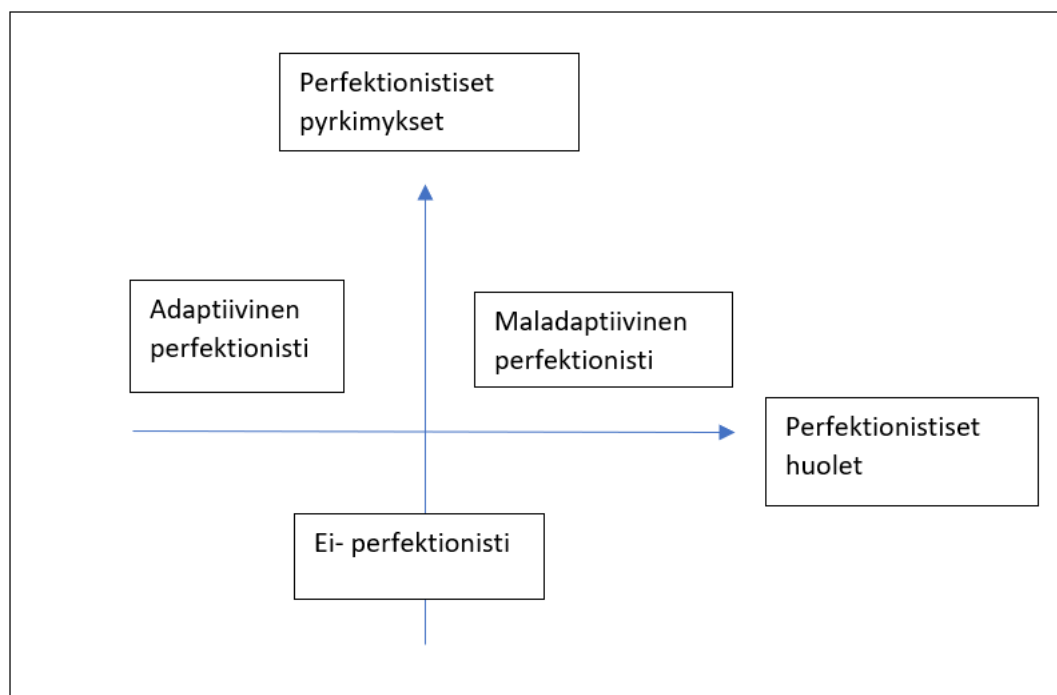
2.4 Perfektionismiryhmät ja niiden erot erilaisissa oppimiseen ja suoriutumiseen liittyvissä tekijöissä

Suuri osa perfektionistitutkimuksesta on keskittynyt perfektionismiulottuvuuksiin ja ulottuvuuksien seurauksiin (Gaudreau & Thompson, 2010). Hamacheikin tutkimusten (1978) pohjalta perfektionisteja on kuitenkin ryhmitelty eri tavoin ja tutkimukset ovat tukeneet käsitystä kahdesta vallitsevasta perfektionismin ulottuvuudesta (pyrkimykset ja huolet) ja näiden pohjalta kahdesta vallitsevasta perfektionismiprofiilista, terveet tai adaptiiviset perfektionistit ja epäterveet tai maladaptiiviset perfektionistit (Rice & Ashby, 2007).

Ryhmittelevässä lähestymistavassa on otettu huomioon molemmat perfektionismin ulottuvuudet ja tutkittavista on muodostettu ryhmiä sen perusteella mitkä ulottuvuudet heillä korostuvat. Tämän jälkeen on tutkittu muodostettujen ryhmien eroja ja saman kaltaisuuksia (Ståhlberg ym., 2019). Lähtökohtana on ajatus, että perfektionismin kaksi ulottuvuutta (pyrkimykset ja huolet) ovat yleisiä ulottuvuuksia, jotka esiintyvät vaihtelevassa määrin kaikissa yksilöissä. Tarkoitus ei ole keskittyä niinkään ulottuvuuksien itsensä seurauksiin, vaan näiden kahden ulottuvuuden yhdistelmiin ja siihen, miten ne näkyvät yksilössä (Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2012). Vaikka ulottuvuuksiin perustuvan tutkimuksen mukaan pyrkimykset näyttävät johtavan positiivisiin seurauksiin, voivat perfektionistille ominaiset pyrkimysten kanssa saman aikaiset huolen tunteet heikentää opiskelijan motivaatiota ja hyvinvointia (ks. esim. Ståhlberg ym., 2019). Perfektionististen pyrkimysten vaikutus onkin nähty positiivisena, jos opiskelijalla ei ole saman aikaisesti korkeita perfektionistisia huolia (Stoeber & Rambow, 2007).

Ryhmittelevällä tutkimustavalla perfektionisteja on jaettu ensin kolmeen ryhmään, adaptiivisen ja maladaptiivisen perfektionismin lisäksi ei-perfektionisteihin (mm. Grezegorek, Slaney, France & Rice, 2004; Rice & Ashby, 2007; Rice, Gilman & Ashby, 2011; Rice & Slaney, 2002) ja uudemmassa tutkimuksessa neljään ryhmään (mm. Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2012; Ståhlberg ym., 2019; Wang, 2012). Kolmen

ryhmän mallissa ulottuvuuksien yhdistelmät ovat olleet ensinnäkin korkeat pyrkimykset ja matalat huolet ja tätä on kutsuttu adaptiiviseksi perfektionismiksi. Tämä ryhmä täyttää aiemmin mainitun positiivisen /terveen / normaalin perfektionismin määritelmän. Tämän lisäksi löytyy ulottuvuuksien yhdistelmä, jossa korostuu korkeat pyrkimykset ja korkeat huolet. Tämä ryhmä täyttää aiemmin mainitun maladaptiivisen/ epäterveen/ negatiivisen tai neuroottisen perfektionismin määritelmän, ryhmällä korostuu korkeiden pyrkimysten lisäksi samanaikaisesti huolet menestyksen suhteen. Kolmanteen ryhmään kuuluvat ne, joilla ei ole korkeita pyrkimyksiä menestymisensä suhteen. Tätä ryhmää on kutsuttu ei-perfektionisteiksi (Stoeber & Otto, 2006; Ståhlberg ym., 2019). Ei-perfektionistit eroavat edellisistä ryhmistä siten, että heidän tavoitteensa ovat matalampia ja heillä ilmenee vähemmän itsekritiikkiä (Rice & Ashby, 2007).



Kuvio 1. Perfektionismin kaksi ulottuvuutta sekä aiemmin tyypillinen jako kolmeen ryhmään (Stoeber & Otto, 2006)

Rice ja Ashby (2007) löysivät tutkimuksessaan myös neljännen ryhmän, mutta eivät huomioineet tätä suosiessaan kolmen ryhmän mallia kirjallisuuden perusteella. Uudemmassa tutkimuksessaan Rice ja kollegat (2011) identifioivat kahden perfektionismiryhmän lisäksi kaksi ryhmää ei-perfektionisteja. Kolmannella ja neljännellä ryhmällä pyrkimykset olivat matalia, mutta ryhmät erosivat huolten suhteen. Tällöinkin tutkimusryhmä vielä päätyi kolmen ryhmän malliin. Uusimmissa tutkimuksissa perfektionisteja on kuitenkin jaettu neljään ryhmään (mm. Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve,

2012; Ståhlberg ym., 2019; Wang, 2012). Neljän ryhmän 2x2 mallissa (Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2012) kahden perfektionismiryhmän (adaptiiviset ja maladaptiiviset), joilla pyrkimykset ovat korkealla, lisäksi on identifioitu kaksi ryhmää, joilla pyrkimykset ovat matalalla. Näissä kahdessa ryhmässä ulottuvuuksien yhdistelmät ovat matalat pyrkimykset ja matalat huolet sekä matalat pyrkimykset ja korkeat huolet. Onkin esitetty, että perfektionismiryhmien tarkempi jako useampaan ryhmään voi selittää paremmin erilaista käytöstä (Ståhlberg ym., 2019).

Erilaiset pyrkimysten ja huolien yhdistelmät on tutkimuksissa yhdistetty erilaisiin koulutuksellisesti merkityksellisiin seurauksiin (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Adaptiivinen perfektionismi on nähty seurauksiltaan positiivisimpana, vaikka siihenkin on liitetty negatiivisia seurauksia (Gaudreau & Thompson, 2010). Adaptiivinen perfektionismi yhdistetään useammin korkeaan itsetuntoon (Lo & Abbot, 2013; Rice & Slaney, 2002), korkeampiin akateemisiin saavutuksiin, positiivisiin tunteisiin ja matalampaan ahdistukseen ja masennukseen (Gilman & Ashby, 2003; Rice & Slaney, 2002; Ståhlberg ym., 2019). Maladaptiivinen perfektionismi on yhdistetty useammin ongelmallisiin piirteisiin, kuten liialliseen huoleen virheiden tekemisestä, kohtuuttomaan itsekritiikkiin sekä riittämättömyyden ja kyvyttömyyden tunteisiin liittyen saavutettuihin tavoitteisiin sekä masennukseen ja yleensä ahdistukseen (Rice & Ashby, 2007; Rice ym., 2014; Rice & Slaney, 2002; Wang, 2012). Maladaptiivisten perfektionistien on huomattu suhtautuvan itseensä ylipäättään negatiivisemmin ja heidän itsearvostuksensa on ollut vähäisempää kuin adaptiivisilla perfektionisteilla (Rice & Slaney, 2002). Myös tehtävän tekemisen aikana koettu stressi, ahdistus ja negatiiviset tunteet ovat maladaptiivisilla perfektionisteilla korkeampia (Lo & Abbot, 2013). Tähän ryhmään on kuitenkin liitetty myös positiivisia piirteitä, kuten tehokkuus ja itsesäätely (Sironic & Reeve, 2012; Ståhlberg ym., 2019).

Aikaisemman adaptiivisen ja maladaptiivisen perfektionismin rinnalle on 2x2 tutkimuksessa (mm. Gaudreau & Thompson, 2010) tullut lisäksi kaksi ryhmää, joista ensimmäisessä sekä pyrkimykset että huolet ovat matalalla ja tätä ryhmää on kutsuttu *ei-perfektionisteiksi*. Tähän ryhmään on yhdistetty ahdistuneisuutta ja sosiaalista stressiä, opintoihin sopeutumattomuutta sekä keskinkertaista opintomenestystä (Gilman & Ashby, 2003; Ståhlberg ym., 2019). Toisessa lisätyssä ryhmässä pyrkimykset ovat matalalla, mutta huolet korkealla ja ryhmää on kutsuttu esimerkiksi *huolestuneiksi* (ks. esim. Ståhlberg ym., 2019). Tämä ryhmä on yhdistetty useisiin negatiivisiin seurauksiin ja sen onkin epäilty olevan *neljän ryhmän mallissa se ongelmallisin ryhmä*, eikä maladaptiivisen perfektionismin, jota kolmen ryhmän malli (mm. Rice & Ashby, 2007; Stoeber & Otto, 2006) piti ongelmallisimpana (Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2011). Tätä on

pidetty merkittävänä löytönä, sillä kolmen ryhmän mallissa tätä huolestuneiden ryhmää ei eroteltu omaksi ryhmäkseen, vaan se sisällytettiin ei-perfektionisteihin (Gaudreau & Thompson, 2010). Matalien pyrkimysten ja korkeiden huolten ryhmään on yhdistetty ahdistusta ja tyytymättömyyttä, välttämiskäyttäytymistä (Rice ym., 2011; Ståhlberg ym., 2019) sekä masennusta ja stressiä (Sironic & Reeve, 2012). On myös esitetty, että tämä ryhmä pyrkii kieltämään perfektionistiset piirteensä tiedostaen tai tiedostamattaan, joko itseään suojellakseen tai mahdollisesti siksi, että tietoisuus itsestä on nuorena heikentynyt (Sironic & Reeve, 2012).

Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) tutkimuksessa päädyttiin myös neljän ryhmän malliin. Ensimmäisessä osatutkimuksessa, jossa tutkittiin yliopisto-opiskelijoita, ryhmät olivat ulottuvuuksiltaan vastaavia kuin 2x2 mallissa. Ryhmä, jossa pyrkimykset olivat korkealla, mutta huolet matalalla, ja jota on kutsuttu muun muassa adaptiiviseksi perfektionisteiksi, nimettiin tässä tutkimuksessa *kunnianhimoiseksi*, sillä ryhmässä korostuvat ulottuvuudet, korkeat pyrkimykset ja matalat huolet, eivät täytä perfektionismin määritelmää, joka on nähty korkeina pyrkimyksinä ja korkeina huolina. Ryhmä, jossa pyrkimykset ja huolet olivat korkealla, nimettiin *perfektionisteiksi* perfektionismin määritelmän (korkeat pyrkimykset ja korkeat huolet) mukaan. Tässä tutkimuksessa matalien pyrkimysten ryhmät nimettiin *ei-perfektionisteiksi* ja *huolestuneiksi*. *Ei-perfektionisteilla* oli matalimmat pyrkimykset sekä melko matalat huolet suhteessa muihin ryhmiin. *Huolestuneilla* oli muihin verrattuna matalat pyrkimykset ja suhteellisen korkeat huolet. Toisessa osatutkimuksessa, jossa kohteena oli lukioikäiset opiskelijat, tulokset olivat samansuuntaisia kuin ensimmäisessä osatutkimuksessa *kunnianhimoisten*, *perfektionistien* ja *huolestuneiden* suhteen. Neljäs ryhmä oli kuitenkin profiililtaan melko positiivinen ja *kunnianhimoisten* kaltainen. Ryhmän pyrkimykset olivat hieman matalammalla kuin kunnianhimoisilla ja huolet olivat matalalla kunnianhimoisten ryhmän tavoin. Ryhmä nimettiin *huolettomiksi* (Ståhlberg ym., 2019).

Osassa tutkimuksista adaptiiviset ja maladaptiiviset perfektionistit ovat akateemisessa menestyksessään saman tasoisia, toisissa tutkimuksissa on havaittu eroja ryhmien menestyksen välillä (mm. Grzegorek ym., 2004; Nounopoulos, Ashby & Gilman, 2006; Rice & Ashby, 2007). Ei-perfektionisteilla on raportoitu osassa tutkimuksista korkeampia pisteitä ahdistuksessa kuin terveillä perfektionisteilla. Ei-perfektionisteilla keskiarvo on usein matalampi kuin terveillä ja epäterveillä perfektionisteilla (Rice & Ashby, 2007).

Se, kuinka suuri osa opiskelijoista on kuulunut jompaankumpaan perfektionismiryhmään, on eri tutkimuksissa vaihdellut. Rice ja Slaney (2002) kiinnittivät tutkimuksessaan

huomiota siihen, että enemmän kuin kaksi kolmasosaa opiskelijoista kuului jompaan-kumpaan perfektionismiryhmään. Perfektionistien (sekä adaptiiviset että maladaptiiviset) osuus opiskelijoista on vaihdellut eri tutkimuksissa ja opiskelijoita on lisäksi jaettu kolmeen tai neljään ryhmään (mm. Hanchon, 2010 n. 69%; Sironic & Reeve, 2012 n. 60%; Ståhlberg ym., 2019, Study 1, n. 60%, Study 2 n. 41%). Perfektionismin tutkimusta voidaan pitää tärkeänä, sillä perfektionismin roolin, vaikutusmekanismien, hyötyjen ja riskien ymmärtäminen voi auttaa opiskelijoiden haasteiden ymmärtämisessä ja opiskelijoiden ohjaamisessa (Rice & Slaney, 2002).

3 Tavoiteorientaatiot

3.1 Tavoiteorientaation määritelmä

Tavoiteorientaation käsitteellä kuvataan toistuvien kokemusten seurauksena muodostuneita motivaatioon liittyviä taipumuksia; sitä miten opiskelija suuntautuu oppimistilanteisiin, minkälaisia tavoitteita hän asettaa tai suosii ja miten hän arvioi saavutuksiaan (Niemivirta, 2002; Pintrich, 2000; Tuominen ym., 2017). Tavoiteorientaatiot ovat kuin suodattimia, joiden kautta opiskelija kokee oppimistilanteen, ymmärtää niiden sisällöt ja toimii niissä (Kaplan & Maehr, 2007; Tapola & Niemivirta, 2008; Tuominen-Soini, 2014). Tavoiteorientaatiot vaikuttavat siihen, mihin opiskelija keskittää energiansa ja huomionsa: tehtävään itseensä eli oppimiseen vai sen lopputulemaan eli suoritukseen (Niemivirta ym., 2019).

Oppimis- ja suoritustilanteisiin liittyviä tavoitteita tarkasteleva tutkimus on jakautunut pääasiassa kahteen suuntaukseen: Toiset kannattavat näkemystä tavoiteorientaatioista yleisempinä suuntautumistapoina tai pysyvämpinä motivaatioon liittyvinä taipumuksina, kun toiset taas painottavat niiden tilanne- ja tehtäväkohtaista sekä tavoitteesta riippuvaa luonnetta (Kaplan & Maehr, 2007; Niemivirta ym., 2013; Tuominen-Soini, Salmela-Aro & Niemivirta, 2011). Riippumatta siitä, kummasta näkemyksestä on kyse, on huomattu, että erilaisten orientaatioiden omaksuminen vaikuttaa koulutyöhön sitoutumiseen (Kaplan & Maehr, 2007) ja sillä, mitä opiskelija tavoittelee, on yhteys niin akateemiseen suoriutumiseen kuin yleisemmin opiskelijan hyvinvointiin (Tuominen-Soini, Salmela-Aro & Niemivirta, 2008). Näiden löydösten valossa olisi hyödyllistä, että opettajat kykenisivät tunnistamaan opiskelijoiden pyrkimyksiä (Niemivirta ym., 2019).

3.2 Mitä tavoitteet ovat?

Tavoiteorientaatioiden tutkimus perustuu erityisesti Dweckin (1986) sekä Nichollsin (1984) tutkimuksiin. Heidän mukaansa tavoitteet ovat päämääriä joihin yksilöt sitoutuvat ja jotka saavat aikaan tietynlaista käytöstä. Tämä näkyy joko *oppimiseen* tai *suorittamiseen* tähtäävänä motivaationa. Tavoitteisuuden on ajateltu jakautuvan kahdenlaisiin pyrkimyksiin: adaptiivisiin, oppimista ja kehittymistä eli kompetenssin lisääntymistä korostaviin tavoitteisiin (learning/mastery goals, task-involved) sekä maladaptiivisiin, suoriutu-

mista toisiin verrattuna eli kompetenssin näyttämistä korostaviin tavoitteisiin (performance goals, ego-involved) (Dweck 1986; Nicholls 1984; Niemivirta ym., 2019; Tuominen-Soini ym., 2011). Toimintaa ja motivaatiota ohjaavat kaksi erilaista ajattelutapaa: ajatus älykkyydestä muovautuvana ominaisuutena (kasvun ajattelutapa, growth mindset) joka luo *oppimiseen suuntautuvaa orientaatiota* sekä muuttumaton ajattelutapa (fixed mindset) jossa nähdään, ettei älykkyyttä voi kehittää ja tästä seuraa se, että osaamisen osoittaminen korostuu. Tämä luo *suorittamiseen suuntautuvaa orientaatiota* (Dweck, 1986). Muuttumattomaan ajattelutapaan liittyy esimerkiksi tehtävän edessä lamaantumista (Tirri, Kuusisto & Laine, 2018) ja ajattelutapojen on huomattu olevan melko pysyviä (Määttä, Nurmi & Stattin, 2007).

Modernissa motivaatiopsykologiassa motivaatiota on kuvattu tavoitteiden näkökulmasta (Tuominen-Soini, 2014). Niemivirran ym. (2019) mukaan tavoitteet ohjaavat tulkintoja tilanteista ja sitä, kuinka tilanteisiin reagoidaan. Tavoite voi olla itse teko (toiminnasta saatava nautinto), toiminnan tulos (toiminnasta seuraava hyvä olo) tai toiminnan seuraus (toiminta esimerkiksi lisää oppimista). Kun pyrkimyksenä on tiedon kartuttaminen itsevertailuun perustuen, kutsutaan toimintaa tehtäväsuuntautuneeksi (task-involved). Jos taas tavoitteena on osaamisen osoittaminen (pätevyys suhteessa toisiin) on kyseessä minäsuuntautuneisuus (ego-involved). Tehtäväsuuntautunut oppimista tavoitteleva kokee vastoinkäymiset osana oppimisprosessia, kun taas minäsuuntautunut suorittamista tavoitteleva näyttäisi kokevan vastoinkäymiset osoituksena epäonnistumisesta ja osamattomuudesta (Niemivirta ym., 2019). Jokainen opiskelija kokee oppimistapahtuman yksilöllisesti (Niemivirta ym., 2019; Tapola & Niemivirta, 2008). Toisilla korostuu enemmän oppimiseen suuntautuvat ajatukset ja toisille oleellisempaa voi taas olla suoritus tai ylipäätään hyvinvoinnin ylläpitäminen (Tuominen, Pulkka, Tapola & Niemivirta, 2017).

Kun opiskelijoiden motivationaalisia tavoitteita on tutkittu, tutkijat ovat keskittyneet usein kahteen olennaiseen orientaatioon, oppimis- ja suoritusorientaatioon (Kaplan & Maehr, 2007; Tuominen-Soini ym., 2011). Oppimista tavoittelevat keskittyvät taitojen ja osaamisen kehittämiseen, suoritusta tavoittelevat taas taitojen ja osaamisen osoittamiseen (Kaplan & Maehr, 2007). Opiskelijan motivaation määrää oleellisempaa onkin se, minäkälsäisiä laadullisia eroja motivaatiossa on (Niemivirta ym., 2013; Tuominen-Soini, 2014). Vaikka opiskelijan pääasiallinen tavoite olisi oppia, toiset tavoittelevat luontaisesti oppimista ja asioiden ymmärtämistä ja tässä on korostettu sisäsyntyistä motivaatiota. Toisille tärkeämpää on arv sanat ja muodollinen palaute, jolloin korostuu ulkoiset kriteerit (Tuominen-Soini ym., 2008). Opiskelijan menestys, joka näkyy esimerkiksi hyvinä arvoina, ei välttämättä aina tarkoita adaptiivisia toimintatapoja tavoitteisiin nähden, eikä

hyvin menestyvä opiskelija kykene aina toimimaan rakentavasti haasteita kohdatessaan (Dweck, 1986).

Suoritusta tavoitteleville tärkeää onkin menestys suhteessa toisiin arvosanojen muodossa (Verner-Filion & Gaudreau, 2010), sekä oman pätevyyden osoittaminen ja muiden päihittäminen (Varonen ym., 2018). Suoritusta tavoittelevien opiskeluun panostaminen ja arvosanat ovat usein hyviä, mutta oppiminen voi olla pintapuolista. Suoritustavoitteiden on havaittu olevan yhteydessä opiskeluuntoon, mutta myös stressiin (Tuominen-Soini, 2014). Itsetunto on usein matalampaa, myös masennusta ja kyynisyyttä esiintyy (Tuominen-Soini ym., 2008). Tarve osoittaa kyvykkyyttä ja sosiaalisen vertailun korostuminen ovat myös yhteydessä epäonnistumista ennakoiviin, itseä suojaaviin selityksiin (Niemi-virta ym., 2013; Tuominen ym. 2017). Suorituskeskeisyyden on myös nähty olevan yhteydessä heikompaan sisäiseen motivaatioon (Senko, Corwin, Hulleman, & Harackiewicz, 2011), toisten arviot omasta suorituksesta saattaa olla oleellisempaa, kuin oma oppiminen (Chan, 2009).

Tutkimustuloksissa suoritustavoitteet on nähty hieman eri tavoin, riippuen siitä mitä suoritustavoitteita on mitattu ja onko suoritustavoitteita jaettu esimerkiksi lähestymis- ja välttämisyrittämyksiin (Niemi-virta ym. 2013; Niemi-virta ym., 2019; Tuominen-Soini, 2008, 2011; Tuominen-Soini, 2014). Elliot ja Harackiewicz (1996) jakoivat suoritustavoitteet *suoritus-lähestymisorientaatioon* (engl. performance-approach orientation) ja *suoritus-välttämisorientaatioon* (engl. performance-avoidance orientation). Suoritus-lähestymisorientaatioissa oleellista on pätevyyden osoittaminen ja suoritus-välttämisorientaatioissa taas vältetään epäpätevyyden osoittamista.

Oppimisen ja suoriutumisen tavoittelun lisäksi huomio tulee kiinnittää myös niihin tavoitteisiin, jotka eivät suoranaisesti liity osaamisen kehittämiseen tai osoittamiseen, mutta jotka kuitenkin vaikuttavat suoritukseen liittyvään käyttäytymiseen ja toimintaan. Tällaisia tavoitteita ovat muun muassa välttämistavoitteet. Välttelystä orientaationa on oltu eri tutkimuksissa erimielisiä ja se onkin osittain kyseenalaistettu tavoitteellisena orientaationa (Niemi-virta ym., 2019). Välttämistavoitteet ilmenevät opiskelijan pyrkimyksinä vältellä haasteita, selvittää työstä mahdollisimman vähällä vaivalla, tai jopa luovuttamalla kokonaan. Syitä sille miksi opiskelijalle muodostuu esimerkiksi välttelevä orientaatio, on tutkittu vähän (Niemi-virta ym., 2019). Vaikka osa tutkijoista ei sisällytä välttämistavoitteita tavoiteorientaatioihin, on välttämistäipumusten tutkiminen tärkeää, sillä ne ovat tavoitteita, joita opiskelijoilla on oppimis- ja suoritustilanteissa (Dowson & McInerney, 2001; Tuominen-Soini, 2012).

Oppimisorientaatiosta (engl. mastery-intrinsic) on myöhemmin eriytetty myös menestysorientaatio (engl. mastery-extrinsic), jota kutsutaan myös saavutusorientaatioksi. Saavutusorientaatioissa painotetaan hyvää suoriutumista ja hyviä arvosanoja, jotka nähdään oppimisen ja edistymisen mittareina, mutta joka ei sisällä vertailua muihin (Niemivirta, 2002). Joitain muitakin tavoitteita tutkimuksissa on esiintynyt, kuten esimerkiksi sosiaaliset tavoitteet (Kaplan & Maehr, 2007; Niemivirta ym., 2019).

3.3 Tavoiteorientaatioiden ulottuvuudet ja yhteydet motivaatioon, oppimiseen ja saavutuksiin

Tavoiteorientaatioiden nähdään tässä tutkimuksessa Niemivirran (2002) mukaisesti sisältävän *viisi ulottuvuutta*: Näitä ovat *oppimisorientaatio*, joka korostaa oppimista ja ymmärtämistä ja *saavutusorientaatio*, joka korostaa opinnoissa menestymistä ja hyviä arvosanoja, *suoritus-lähestymisorientaatio*, jossa korostuu suhteellinen menestyminen ja oma kyvykkyys toisiin opiskelijoihin verrattuna, *suoritus-välttämisorientaatio*, jossa taas korostuu epäonnistumisen ja virheiden tekemisen pelko sekä *välttämisorientaatio*, jossa painottuu opinnoista selviäminen mahdollisimman vähällä työllä (Niemivirta, Pulkka, Tapolu & Tuominen-Soini, 2013; Niemivirta ym., 2019; Tuominen ym., 2017).

Sillä mitä opiskelija tavoittelee, on huomattu olevan vaikutusta siihen, miten opiskelija motivoituu tehtävään sekä miten hän tulkitsee, kokee ja lähestyy oppimistilannetta. Sekä oppimisorientoituneet että suoritusorientoituneet menestyvät opinnoissaan hyvin. Oppimisorientoituneiden akateemiset saavutukset ovat korkeimpia. Aiemmissä tutkimuksissa onkin huomattu niiden opiskelijoiden suoriutuvan parhaiten opinnoistaan, jotka ovat omaksuneet joko oppimisorientaation tai jotka painottavat sekä oppimista että suoriutumista (Niemivirta ym., 2019; Tuominen-Soini ym., 2008, 2011; Varonen ym., 2018). Tavoiteorientaatiot ovat koulumenestyksen lisäksi yhteydessä siihen, miten opiskelijat arvioivat koulutustavoitteitaan. Oppimis- ja menestysorientoituneet ovat sitoutuneimpia tavoitteisiinsa ja he arvioivat panostavansa eniten tavoitteiden saavuttamiseen. Suoritusvälttämis- ja menestysorientoituneet arvioivat koulutustavoitteensa kuormittavimpina, oppimisorientoituneet eivät niinkään stressaannu tai kuormitu tavoitteistaan (Tuominen-Soini, Salmela-Aro & Niemivirta, 2012; Varonen ym., 2018). Tavoiteorientaatiot eivät ole kuitenkaan toisensa poissulkevia ja opiskelija voikin tavoitella useampia asioita samaan aikaan (Niemivirta, 2002; Pintrich, 2000).

Oppimisorientaatio (engl. *mastery-intrinsic*) näkyy positiivisesti opiskelijan hyvinvoinnissa. Oppimisorientaatiossa motivaatio oppimiseen on sisäsyntyistä ja koulutuksellisiin tavoitteisiin panostetaan ja sitoudutaan (Niemi-virta ym., 2019; Ståhlberg ym., 2019). Oppimisorientaatioon liittyy uuden oppimisen tavoittelu sekä asioiden ymmärtäminen ja se on yhteydessä opiskeluuntoon. Oppimisorientaatiossa hyvät arvosanat kertovat omasta edistymisestä (Tuominen-Soini ym., 2012). Oppimisorientaatioon liittyy haasteiden lähestyminen luottavaisesti sekä tehokkaat opiskelustrategiat (Chan, 2009) sekä korkeat tavoitteet ja opiskelun mielekkääksi kokeminen (Tuominen-Soini ym., 2008). Oppimishaukiset kokevat myönteisiä tunteita oppimisesta ja sen on todettu olevan yhteydessä yleensäkin hyvinvointiin, vähäiseen masennukseen ja ahdistuneisuuteen (Niemi-virta ym., 2019; Tuominen-Soini ym., 2012). Oppimisorientaation yhteydet on nähty laajemminkin, kuin vain oppimisprosesseihin liittyen, kuten esimerkiksi yleisemminkin positiivisempaan elämänasenteeseen, sosiaaliseen käytökseen ja yhteistyöhön toisten ikätoverien kanssa sekä positiiviseen tunteeseen itsestä ja toisista (Kaplan & Maehr, 2007).

Niemi-virran (2002) tutkimuksessa saavutusorientaatio (*mastery-extrinsic*) on erotettu oppimisorientaatiosta. *Saavutusorientaatiossa* tavoitteena on saada hyviä arvosanoja ilman vertailua toisiin. Saavutusorientaatio on yhteydessä opiskeluuntoon ja hyviin suoriin, mutta myös koulu-uupumukseen ja epäonnistumisen pelkoon ja stressiin (Tuominen-Soini ym., 2008, 2011, 2012; Varonen ym., 2018). Saavutusorientaatiossa minäpystyvyys koetaan korkeampana kuin oppimisorientaatiossakin (Niemi-virta ym., 2019).

Suoritus-lähestymisorientaatiota leimaa toisten voittamisen tavoittelu ja halu pärjätä paremmin kuin muut (Elliot & Harackiewicz, 1996). Vaivannäkö, sinnikkyys, ylpeys saavutuksista sekä hyvät oppimistulokset ovat oppimisen kannalta positiivisia. Epäonnistumisen pelko, luovutusherkkyys, ahdistuneisuus ja stressi heikentävät kuitenkin hyvinvointia (Hanchon, 2010). *Suoritus-välttämisorientaatiossa* näkyvintä on pyrkimys välttää virheitä muiden edessä (Varonen ym., 2018). Se on myös tutkimuksissa nähty olevan yhteydessä esimerkiksi stressiin, uupumukseen ja matalaan itsetuntoon (Tuominen-Soini ym., 2012).

Välttämisorientaatioon liittyy opintoihin liittyvän työn välttely ja muut tavoitteet ovat matalia (Niemi-virta ym., 2019). Opiskeluun käytetty aika ja panostus minimoidaan sekä opintoihin sitoudutaan heikommin (Tuominen-Soini ym., 2012). Sellaisia tilanteita vältellään, joissa voi epäonnistua. Heikko itsetunto, masennus ja kyynisyys ovat tyypillisiä, ja usko koulutehtävistä selviämiseen on vähäistä (Tuominen-Soini ym., 2008). Passiivi-

suus, luovutusherkkyys ja riittämättömyyden tunteet ovat tyypillisiä, mutta toisaalta stressiä opinnoista ei esiinny, koska panostus ja arvostus on vähäistä. Välttämishakuisten koulumenestys on heikompaa kuin muilla ja opintoihin liittyy negatiivisia tunteita (Niemi-virta ym., 2013). Välttämishakuisuudesta seuraa kielteisyyttä koulua kohtaan ja tätä kautta heikkoa menestystä. Tästä seuraava pahoinvointi yleisemmälläkin tasolla vaikuttaa laajemminkin opiskelijan elämään (Tuominen-Soini, 2014).

Tavoiteorientaatioita on aiemmin tutkittu sekä yleisesti opiskeluun liittyen että myös oppiainekohtaisesti (Kaplan & Maehr, 2007; Tuominen-Soini, 2012), oppiainekohtaisesti useimmiten suhteessa matematiikkaan (Tuominen-Soini, 2012). Tutkimuksia, joissa samanaikaisesti tarkasteltaisiin tavoiteorientaatioita useammassa oppiaineessa, on kuitenkin vähemmän. Tässä tutkimuksessa fokus on nimenomaan oppiainekohtaisessa motivaatiossa, ja sitä mitataan suhteessa matematiikkaan ja englantiin.

4 Perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden yhteydet

Perfektionismi ja tavoiteorientaatiot ovat läheisesti yhteydessä keskenään (Speirs Neumeister & Finch, 2006). Moniulotteisen perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden välistä yhteyttä tutkittaessa on löydetty yhteyksiä perfektionismin ja suoritustavoitteiden välillä (Hanchon, 2010; Stoeber ym., 2008). Kun tutkittavia on ryhmitelty perfektionististen ulottuvuuksien perusteella, ryhmien erot tavoiteorientaatioissa ovat olleet tutkimuksissa selkeitä (Ståhlberg ym., 2019). Opiskelijan perfektionistiset taipumukset sekä se, mitkä tavoiteorientaatiot hänellä korostuvat vaikuttavat merkittävästi siihen, minkälaisia tavoitteita opiskelija itselleen asettaa ja miten hän niitä tavoittelee (Damian ym., 2017; Hanchon, 2010). Tavoiteorientaatioteorian avulla voidaan ymmärtää miten erot adaptiivisten ja maladaptiivisten perfektionistien välillä näkyvät. Tavoiteorientaatioteoria kuvaa omaksettua mallia, joka sisältää uskomuksia, syitä ja tunteita, jotka tuottavat aikomuksia ja sitä käytöstä, kuinka opiskelija lähestyy, sitoutuu tai vastaa tehtävään. Erot siinä, kuinka tehtävää lähestytään ja kuinka tavoitteita muodostetaan ovat adaptiivisilla ja maladaptiivisilla perfektionisteilla selkeitä. Erot tavoitteen asettamisessa liittyvät erilaisiin tapoihin ajatella ja toimia (Hanchon, 2010; Kaplan & Maehr, 2007).

Perfektionististen taipumusten on huomattu olevan yhteydessä siihen, minkälaisia tavoitteita opiskelijat suosivat akateemisissa yhteyksissä (Ståhlberg ym., 2019). *Perfektionistiset pyrkimykset* on tutkimuksissa yhdistetty oppimistavoitteisiin ja *perfektionistiset huolet* taas suoritusta-välttämistavoitteisiin. Suoritus-lähestymistavoitteet on yhdistetty sekä pyrkimykseen että huoliin (Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019). Mitä korkeammat opiskelijan perfektionistiset huolet ovat, riippumatta siitä kuinka korkeita hänen perfektionistiset pyrkimyksensä ovat, sitä todennäköisemmin opiskelija suosii suorittamiseen liittyviä tavoitteita (Niemivirta, 2002; Tuominen-Soini ym., 2008). Huolen virheiden tekemisestä on nähty olevan merkittävä ennustaja, joka erottelee oppimis- ja suori-tusorientoituneet (Shih, 2013; Ståhlberg ym., 2019).

Perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden yhteyksiä on tutkittu ryhmittelevällä tutkimustavalla, jossa on oltu kiinnostuneita perfektionismiryhmien eroista ja yhtäläisyyksistä tavoiteorientaatioiden suhteen. Adaptiivisten perfektionistien ryhmään kuuluvien (korkeat pyrkimykset, matalat huolet) on huomattu omaksuvan todennäköisemmin oppimisorientaation (Chan, 2009; Shih, 2013; Ståhlberg ym., 2019), saavutusorientaation (Ståhlberg ym., 2019) tai suoritus-lähestymisorientaation (Chan, 2009; Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Maladaptiivisten perfektionistien ryhmään kuuluvilla (korkeat pyrkimykset ja

korkeat huolet) korostuu useampi tavoite saman aikaisesti, edellisten lisäksi heillä korostuvat myös suoritus-välttämistavoitteet (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Vaikka adaptiiviset perfektionistit saavat usein korkeammat pisteet oppimisorientaatioissa, eivät erot maladaptiivisiin perfektionisteihin ole useinkaan tilastollisesti erotettavissa (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Kummallakin perfektionismiryhmällä korostuu halu osaamisen kehittämiseen, mutta maladaptiivisilla perfektionisteilla on havaittavissa samanaikaisesti suoritustavoitteisiin liittyvä toisten voittamisen tavoittelu, oman osaamisen epäileminen, virheiden pelko, sekä opiskelun ongelmat (Hanchon, 2010).

Ryhmissä, joissa perfektionistiset pyrkimykset ovat matalia, korostuvat suoritus- tai välttämistavoitteet tai kaikki tavoitteet saattavat olla melko matalia (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Ei-perfektionisteilla (matalat pyrkimykset, matalat huolet) on havaittu olevan usein suhteessa matalat tavoitteet kaikissa orientaatioissa, paitsi välttämisorientaatioissa (Ståhlberg ym., 2019). Myös Niemivirran ja kollegoiden (2019) mukaan välttämistavoitteita korostavilla opiskelijoilla on usein matalat arvot muissa orientaatioissa. Huolestuneiden ryhmään (matalat pyrkimykset, korkeat huolet) on tutkimuksissa yhdistetty useampia negatiivisia piirteitä ja seurauksia (Gaudreau & Thompson, 2010; Ståhlberg ym., 2019) kuten ahdistusta ja tyytymättömyyttä akateemisiin suorituksiin sekä suoritus-välttämisorientaation ja välttämisorientaation korostumista (Ståhlberg ym., 2019).

Opiskelijoiden motivaation lähteet vaihtelevat. Oppimisympäristöjä tulisi kehittää sellaisiksi, että ne vahvistavat opiskelijan minäpystyvyyttä tai itsearvostusta (Hanchon, 2010) esimerkiksi luomalla kannustavaa ilmapiiriä (Niemivirta ym., 2019). Tällaisessa ilmapiirissä korostuvat kilpailun ja suoritusten sijasta yhteistyö (Tuominen-Soini ym., 2008) sekä realistiset tavoitteet. Myös virheet tulisi nähdä epäonnistumisen sijasta oppimistilanteina ja normaalina osana oppimispolkua (Shih, 2011; Ståhlberg ym., 2019). Perfektionisteille on tyypillistä, että oma arvo määrittyy suoritusten mukaan. Kun ymmärretään, että opiskelijan perfektionistinen käytös saattaa johtua pohjimmiltaan epävarmuudesta, saattaa se helpottaa opiskelijan ohjaamista. Tämän vuoksi olisikin tärkeää tunnistaa pyrkimysten takana olevia motiiveja (Speirs Neumeister & Finch, 2006). Myös välttämistavoitteet olisi hyvä tunnistaa niihin liitettyjen kyynisen asenteen ja kielteisyyden vuoksi (Tuominen-Soini, 2014).

Kilpailun ja tulosten korostuminen voivat johtaa opinnoissa parempaan menestykseen (Senko ym. 2011; Tuominen-Soini, 2014). Menestystä tavoittelevat nuoret ovat usein sitoutuneita kouluun. Menestyksen tavoittelusta voi kuitenkin seurata stressiä, jota voi olla vaikea huomata ulospäin näkyvän korkean suoritustason vuoksi (Speirs Neumeister

& Finch, 2006). On kuluttavaa tavoitella korkeita saavutuksia ja samalla pelätä virheitä ja erehdyksiä. Jos ilmapiiri on lisäksi suorituskeskeinen ja opiskelijoiden keskinäistä vertailua korostava, voi se vaikeuttaa opinnoista selviämistä (Tuominen-Soini, 2014).

5 Tutkimuksen tavoitteet ja oletukset

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli ryhmitellä opiskelijoita perfektionististen ulottuvuuksien, pyrkimysten ja huolien, perusteella. Tutkimuksen toinen pääavoite oli selvittää, miten perfektionismiryhmät eroavat tavoiteorientaatioiden suhteen. Lisäksi tarkasteltiin vielä, miten perfektionismiryhmät eroavat opintomenestyksen suhteen. Perfektionismin piirteen kaltaisena ominaisuutena nähdään vaikuttavan siihen, kuinka korkeita tavoitteita ja minkälaisia tavoiteorientaatioita opiskelija omaksuu (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Tavoiteorientaatioiden avulla voidaan taas tarkastella tavoitteiden laatua sekä sitä, mikä opiskelijaa motivoi (Tuominen-Soini, 2012).

Perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden nähdään yhdessä vaikuttavan siihen, minkälaisia pyrkimyksiä ja tavoitteita opiskelija itselleen asettaa opintojensa ja oppimisensa suhteen (Damian, 2017; Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Pyrkimykset sinänsä on nähty tutkimuksissa usein positiivisina, mutta korkeiden huolien kanssa korkeiden pyrkimysten hyödyt heikkenevät (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Koska suoritustavoitteiden on nähty olevan yhteydessä hyvinvoinnin ongelmiin, kuten stressiin ja ahdistukseen (Tuominen-Soini, 2014), heikompaan itsetuntoon (Tuominen-Soini ym., 2008) tai heikompaan sisäiseen motivaatioon (Senko ym., 2011) on suoritustavoitteiden tutkiminen ja tunnistaminen perfektionismin ulottuvuuksien rinnalla tärkeää (Hanchon, 2010).

Tässä tutkimuksessa näitä oppimiseen ja suoriin vaikuttavia tavoitteita mitattiin lukioikäisiltä opiskelijoilta. Suuri osa perfektionistitutkimuksesta on tehty aikuisten ja yliopisto-opiskelijoiden keskuudessa. Vähemmän tutkimusta on tehty nuorten opiskelijoiden keskuudessa (ks. Gillman & Ashby, 2003). Vaikka tutkimusta perfektionismin ja tavoiteorientaatioiden välillä on jo tehty, tutkimusta perfektionismin ja välttämistavoitteiden välillä on tehty vasta vähän (Ståhlberg ym., 2019). Perfektionismin ja motivaation yhteyksiä on erityisen tärkeää tutkia lukioikäisillä, sillä odotukset akateemiselle menestykselle tulevat lukiossa ajankohtaisemmaksi. Suomessa lukio on melko suorituskeskeinen, sillä siellä menestymisellä on merkittävät vaikutukset jatko-opintojen suhteen.

Tutkimuskysymykset tarkentuivat seuraavanlaisiksi:

1. Minkälaisia perfektionismiryhmiä lukiolaisten keskuudesta voidaan löytää?
2. Millä tavoin perfektionismiryhmät eroavat toisistaan oppiainekohtaisten (matematiikka ja englanti) tavoiteorientaatioiden suhteen?

Aiemman tutkimuksen perusteella tutkittavia on ryhmitelty kahteen perfektionismiryhmään (adaptiiviset, maladaptiiviset) ja ei-perfektionisteihin (mm. Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2011; Slaney ym., 2001). Vaikka aiemmissa tutkimuksissa perfektionismiryhmiä on ollut kolme (esim. Rice & Ashby, 2007; Rice ym., 2011, 2014), oletuksena uudemman kirjallisuuden perusteella oli, että perfektionismiryhmiä löydettäisiin neljä (Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2012; Ståhlberg ym., 2019). Adaptiivisen ja maladaptiivisen perfektionismin lisäksi oletettiin löytyvän kaksi ryhmää, joista toisessa mahdollisesti korostuu matalat pyrkimykset ja korkeat huolet ja toisessa kummatkin, sekä pyrkimykset että huolet ovat matalia (Gaudreau & Thompson, 2010). Koska aiemmassa tutkimuksessa perfektionismiryhmät ovat eronneet sen suhteen, mitkä tavoiteorientaatiot heillä korostuvat, oletettiin nytkin löytyvän samankaltaisia yhteyksiä. Oletuksena oli, että adaptiivisten perfektionistien ryhmässä korostuisi oppimis- ja suoritus-tavoitteet (Hanchon, 2010; Speirs Neumeister & Finch, 2006; Ståhlberg ym., 2019; Verner-Filion & Gaudreau, 2010) ja maladaptiivisten perfektionistien ryhmässä korostuisi oppimisen ja saavutusten lisäksi suoritus-lähestymistavoitteet sekä suoritus-välttämistavoitteet (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019). Tämän lisäksi oli vielä kiinnostavaa nähdä, voivatko eri perfektionismiryhmiin kuuluvien tavoitteet olla erilaisia suhteessa eri oppiaineisiin, jotka tässä ovat matematiikka ja englanti.

6 Tutkimuksen toteutus

6.1 Osallistujat

Tutkimuksessa käytettiin valmista aineistoa (Tuominen, 2015). Aineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla eteläsuomalaisessa lukiossa vuosina 2013-2014. Tutkimukseen osallistui 434 lukiolaista. Osallistujista 53,2% kävi lukiota ensimmäistä vuotta, 24,7% toista vuotta, 18,9% kolmatta vuotta ja 1,8% neljättä tai viidettä vuotta. Osallistujista 41,2% oli tyttöjä ($n = 179$) ja 58,8% poikia ($n = 255$). Opiskelijoiden keskimääräinen ikä vastattaessa oli 16.7 vuotta ($kh = 0.94$).

Kyselylomake sisälsi erilaisia opiskeluun, motivaatioon ja hyvinvointiin liittyviä mittareita. Aineiston keruu tapahtui luokissa oppituntien aikana. Ainoastaan poissaolon takia kyselyn saattoi täyttää vapaa-ajalla. Vastaaminen perustui vapaaehtoisuuteen ja osallistujille korostettiin, että vastaaminen on luottamuksellista ja vastaajien anonymiteetistä huolehdittiin. Helsingin yliopiston ihmistieteiden eettisen ennakkoarvioinnin toimikunta on todennut, että tutkimus on Tutkimuseettisen neuvottelukunnan antamien ohjeiden mukainen ja eettisesti hyväksyttävä.

6.2 Mittarit

Perfektionismia mitattiin väittämillä, joilla selvitettiin opiskelijan käsityksiä itsestään, tavoitteistaan ja suorittamisestaan. Kysely perustui The Short Almost Perfect Scale (SAPS; Rice ym., 2014) -mittariin. Perfektionistisia pyrkimyksiä kartoitettiin neljällä väittämällä, (esim. *"Odotan itseltäni paljon"*) ja perfektionistisia huolia mitattiin neljällä väittämällä (esim. *"En ole juuri koskaan tyytyväinen aikaansaannoksiini"*). Aineistossa käytetty mittari ei mittaa muiden puolelta koettuja odotuksia (engl. socially described perfectionism), vaan yksilön omia odotuksia itseään kohtaan (engl. self-oriented perfectionism). Vastaajat arvioivat väittämien paikkansapitävyyttä Likert-tyyppisellä asteikolla 1 (Täysin eri mieltä) – 7 (Täysin samaa mieltä).

Tavoiteorientaatioita mitattiin Niemivirran (2002) kehittämällä mittarilla (ks. myös Niemivirta ym., 2019; Tuominen ym., 2017). Tavoiteorientaatiot on jaettu tässä Niemivirran mukaan viiteen ulottuvuuteen, joita ovat *oppimisorientaatio*, *saavutusorientaatio* (käy-

tetty myös menestysorientaatio), *suoritus-lähestymisorientaatio*, *suoritus-välttämisorientaatio* sekä *välttämisorientaatio*. *Oppimisorientaatiolla* viitataan pyrkimykseen kehittyä ja oppia uutta. *Saavutusorientaatio* viittaa pyrkimykseen menestyä, ja myös hyvien arvosanojen tavoitteluun. *Suoritus-lähestymisorientaatio*ssa tärkeää on menestyä paremmin kuin muut, ja oman kyvykkyyden osoittaminen ja onnistumiset korostuvat. *Suoritus-välttämisorientaatio*ssa korostuu taas pyrkimys virheiden ja epäonnistumisten välttämiseen. Kummassakin suoritusorientaatioissa omaa suoritusta arvioidaan suhteessa toisiin. *Välttämisorientaatio*ssa vältetään ylipäättään opiskeluun liittyvää vaivannäköä. Näiden viiden ulottuvuuden mukaan muodostettiin keskiarvosummamuuttujat tavoiteorientaatioille. Kaikkia viittä orientaatiota mitattiin kolmella väittämällä: Oppimisorientaatio (esim. ”*Opiskelen oppiakseni uusia asioita*”), saavutusorientaatio (esim. ”*Minulle tärkeä tavoite on menestyä opinnoissa hyvin*”), suoritus-lähestymisorientaatio (esim. ”*Minulle tärkeä tavoite opinnoissa on menestyä paremmin kuin muut opiskelijat*”), suoritus-välttämisorientaatio (esim. ”*Yritän välttää sellaisia tilanteita, joissa saatan vaikuttaa kyvyttömältä tai tyhmältä*”) sekä välttämisorientaatio (esim. ”*Olen erityisen tyytyväinen, jos minun ei tarvitse tehdä liikaa töitä opiskelun eteen*”).

Kyselyssä kartoitettiin opiskelijan oppiainekohtaisia eli matematiikan ja englannin opiskelua koskevia tavoitteita ja pyrkimyksiä. Jokaista viittä ulottuvuutta mitattiin erikseen suhteessa matematiikkaan ja englantiin. Vastaajat arvioivat väittämien paikkansapitävyyttä Likert-tyyppisellä asteikolla 1 (ei pidä ollenkaan paikkaansa) – 7 (pitää täysin paikkansa).

6.3 Analyysit

Tilastolliset analyysit tehtiin IBM:n SPSS ohjelmalla (versio 25). Tutkimuksessa käytettiin eksploratiivista faktorianalyysiä, korrelatiivisia tarkasteluja, varianssianalyysiä sekä klusterianalyysiä.

6.3.1 Eksploratiivinen faktorianalyysi

Tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli sijoittaa vastaajat ryhmiin heidän perfektionististen taipumustensa perusteella. Ennen ryhmittelyä tuli kuitenkin suorittaa faktorianalyysi. Sen avulla muuttujat tiivistettiin mahdollisimman pieneksi määräksi faktoreita. Alustava analyysi tehtiin eksploratiivisella faktorianalyysillä, jolla muuttujat niputetaan

ryhmiin, jotka kuvastavat tutkittavan ilmiön ulottuvuuksia. Faktorianalyysillä varmistettiin perfektionismin ulottuvuuksien rakenteellinen pätevyys, eli tarkistettiin, mittaavatko kysytyt osiot sitä, mitä niiden oli tarkoitus mitata. Faktorianalyysissä käytin Maximum likelihoodia ja Direct Oblimin rotaatiota, vinokulmarotaatiomenetelmää, joka tuottaa faktoreita, jotka voivat korreloida keskenään (Nummenmaa, 2009). Rotaation käyttäminen myös tekee tulkinnasta helpompaa. Koska tavoiteorientaatioita näiden viiden ulottuvuuden mukaan (Niemivirta, 2002) on tutkittu jo useissa tutkimuksissa, näiden mittareiden validiteetti on vahvistettu jo aiemmin (mm. Niemivirta, 2002; Niemivirta ym., 2013; Tuominen-Soini ym., 2008, 2011, 2012).

6.3.2 Klusterianalyysi

Kun edellä faktorianalyysillä etsin samankaltaisia muuttujia, nyt klusterianalyysillä pyrin ryhmittelemään samankaltaisia tutkittavia (Nummenmaa, 2004). Ryhmittelyllä pyrin vastaamaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseen. Tässä tutkimuksessa hyödynnettiin henkilösuuntautunutta tutkimusotetta. Muuttujasuuntautuneessa tutkimusotteessa on perinteisesti tutkittu muuttujia ja niiden välisiä suhteita. Henkilösuuntautuneella tutkimusotteella on mahdollista tunnistaa erilaisia yhtenäisiä osaryhmiä ja arvioida ryhmien ominaisuuksia (Bergman, Magnusson & El-Khoury, 2003). Keskeistä on ryhmien ja niiden välisen erojen tutkiminen. Ryhmittelyanalyysin avulla voidaan etsiä aineistosta sellaiset havainnot, jotka ovat toistensa kaltaisia (Tuominen ym. 2017; Varonen ym., 2018). Ryhmittelyanalyysin avulla voitiin luokitella vastaajat perfektionististen ulottuvuuksien perusteella homogeenisiin ryhmiin. Ryhmittelyanalyysin avulla tutkittiin tässä sitä, minkälaisia perfektionismiprofiileja eli muuttujien yhdistelmiä vastaajien joukosta voitiin havaita sekä minkälaisia eroja opiskelijoiden keskuudessa oli havaittavissa.

Ryhmittelyanalyyseista käytettiin two-step menetelmää, jossa tutkija ei päättää ryhmien määrää etukäteen. Ohjelma määrittää ryhmien lukumäärän automaattisesti tilastollisiin tekijöihin (BIC-arvo) perustuen, joten se saattaa olla spss:n ryhmittelyanalyysimenetelmästä vähiten tulkinnanvaraisuuteen nojautuva ja näin luotettavin (Nummenmaa, 2004). Alhaisin BIC-arvo kertoo parhaasta mallin soveltuvuudesta aineistoon.

6.3.3 Varianssianalyysi

Ennen varianssianalyysiin siirtymistä tutkittiin summamuuttujien korrelaatioita. Tämän jälkeen selvitettiin varianssianalyysin (ANOVA) avulla, millä tavoin muodostetut perfektionismiryhmät eroavat toisistaan ulottuvuuksien eli ryhmittelymuuttujien suhteen. Tämän jälkeen tutkimuksen toinen päätavoite oli selvittää, millä tavoin muodostetut perfektionismiryhmät eroavat toisistaan tavoiteorientaatioiden suhteen.

7 Tutkimustulokset

7.1 Muuttujien rakenteellinen tarkastelu

Eksploratiivisella faktorianalyysillä selvitettiin perfektionismin ulottuvuuksien rakenteellista pätevyyttä. Faktorianalyysin tuloksena saatiin kaksi faktoria, joiden ominaisarvot olivat suuremmat kuin 1, joten se tuki kahden faktorin ratkaisua. Kirjallisuuteen perustuen kahden faktorin malli oli myös perusteltu, sillä perfektionismin ulottuvuuksiksi on kirjallisuudessa määritelty kaksi erillistä ulottuvuutta, *perfektionistiset pyrkimykset ja perfektionistiset huolet*. Ensimmäisen faktorin ominaisarvo oli 3,076 ja toisen faktorin ominaisarvo 1,708. Käytetty faktorimalli selitti kokonaisuudessaan 60% aineiston vaihtelusta. Myös Scree plot tuki kahden faktorin mallia. Koska kahden faktorin malli on perusteltu, ja se mittasi kahta perfektionismin erillistä ulottuvuutta, voitiin jatkaa tällä mallilla. Kaiser-Meyer-Olkin -testin tulos oli ,829 joka kertoi siitä, että aineiston otoskoko oli riittävä analyysiin. Arvo lähellä ykköstä kertoo siitä, että faktorianalyysi tuottaa selkeitä ja luotettavia faktoreita. Barlett's testin tulos oli myös merkitsevä ($p < .001$), mikä tarkoitti, että aineisto soveltui faktorointiin ja korrelaatiomatriisi oli riittävä analyysiin (Metsämuuronen, 2003).

Muuttujien kommunaliteetit olivat välillä .482–.701 (ks. taulukko 2), joten ne selittivät muuttujien vaihtelua melko hyvin. Kommunaliteetti kertoo siitä, kuinka suuri osuus yksittäisen havaitun muuttujan vaihtelusta selittyy löydettyjen faktorien avulla. Faktorianalyysia tehdessä kyselylomakkeen yksi väittämä latautui kahdelle faktorille. Väittämä 3 ”*Minusta tuntuu usein, että oma parhaanikaan ei riitä minulle – että aina voisi tehdä asiat vielä paremmin*”, latautui faktorille 1 (perfektionistiset huolet) (.415) ja faktorille 2 (perfektionistiset pyrkimykset) (.428) lähes saman suuruisena, joten se poistettiin analyysistä eikä sitä otettu mukaan myöskään summamuuttujien muodostukseen. Myös kirjallisuus tuki tätä ratkaisua, sillä SAPS (Rice ym., 2014) mittari koostuu kahdeksasta väittämästä. Kun faktorianalyysi tehtiin uudestaan ilman väittämää 3, tuloksena oli selvästi kahden faktorin malli, jossa kaikki väittämät latautuivat selkeästi toiselle faktoreista (väittämät, faktorit, lataukset ja kommunaliteetit taulukossa 2) ja näin päädyttiin lopulliseen kahden faktorin ratkaisuun. Ensimmäinen faktori, joka nimettiin teorian mukaan ”**perfektionistiset huolet**” selitti 38,5% aineiston kokonaisvaihtelusta ja toinen faktori, joka nimettiin vastaavasti teorian mukaan ”**perfektionistiset pyrkimykset**” selitti 21,4 % aineiston kokonaisvaihtelusta. Tulosten mukaan kahden faktorin malli selitti kokonaisuudessaan aineiston vaihtelusta 60%.

Taulukko 2. Perfektionismin faktorirakenne ja kommunaliteetit (h^2) lukioikäisillä opiskelijoilla ($N= 434$).

Perfektionismiulottuvuudet	faktori 1	faktori 2	h^2
Perfektionistiset huolet (perfectionistic concerns)			
En ole juuri koskaan tyytyväinen aikaansaannoksiini.	.840		.692
Tuskin koskaan tunnen, että se mitä olen tehnyt, on tarpeeksi hyvää.	.750		.562
Olen usein huolestunut siitä, että en pysty täyttämään omia odotuksiani.	.746		.651
Saavutukseni yltävät vain harvoin korkeisiin tavoitteisiini.	.726		.510
Perfektionistiset pyrkimykset (perfectionistic strivings)			
Odotan itseltäni paljon.		.826	.701
Asetan tekemisilleni yleensä kovat tavoitteet ja standardit.		.795	.654
Minulla on selkeät ja korkeat tavoitteet (esim. opiskelussani).		.715	.482
Minulla on voimakas tarve pyrkiä erinomaisuuteen.		.677	.531

Näiden kahden faktorin sekä kirjallisuuden pohjalta muodostettiin keskiarvosummamuuttajat perfektionismille. Ensimmäinen summamuuttuja oli *perfektionistiset huolet* ja toinen *perfektionistiset pyrkimykset*.

Tämän jälkeen muodostettiin summamuuttajat tavoiteorientaatioille kyselylomakkeen kysymysten mukaan. Koska kyselylomakkeessa oli kysytty tavoiteorientaatiot erikseen liittyen englannin ja matematiikan opiskeluun, summamuuttujia tuli viiden ulottuvuuden ja kahden oppiaineen mukaan 10. Kaikkien summamuuttujien (sekä perfektionismi että tavoiteorientaatiot) alfat olivat korkeita (taulukko 3) ja erittäin hyviä, vaihdellen välillä .711–.908. Taulukossa 3 on kaikkien muuttujien kuvailevat tiedot ja reliabiliteettikertoimet.

Taulukko 3. Muuttujien kuvailevat tiedot ja reliabiliteettikertoimet

Summamuuttujat (muuttujien määrä)	ka	kh	vinous	vinouden keskivirhe	huipukkuus	α
Perfektionismisummamuuttujat (2)						
1. Perfektionistiset huolet (4)	3,69	1,40	,304	,117	-,353	.852
2. Perfektionistiset pyrkimykset (4)	4,29	1,29	,008	,117	-,419	.840
Tavoiteorientaatioiden summamuuttujat (10)						
3. Oppimisorientaatio M (3)	4,89	1,47	-,467	,117	-,342	.903
4. Saavutusorientaatio M (3)	5,20	1,43	-,572	,117	-,424	.908
5. Suorituslähestymisorientaatio M (3)	4,09	1,45	-,152	,117	-,510	.740
6. Suoritusvälttämisorientaatio M (3)	4,19	1,55	-,069	,117	-,758	.821
7. Välttämisorientaatio M (3)	4,85	1,34	-,180	,117	-,611	.720
8. Oppimisorientaatio E (3)	5,50	1,26	-,785	,118	,134	.871
9. Saavutusorientaatio E (3)	5,66	1,20	-,790	,118	-,021	.845
10. Suorituslähestymisorientaatio E (3)	4,47	1,48	-,244	,118	-,488	.733
11. Suoritusvälttämisorientaatio E (3)	4,35	1,58	-,178	,118	-,721	.812
12. Välttämisorientaatio E (3)	4,67	1,35	-,077	,118	-,517	.711

Perfektionismi, vastausasteikko 1-7

Tavoiteorientaatiot, vastausasteikko 1-7

Sekä vinous että huipukkuus olivat perfektionismiulottuvuuksien kohdalla normaalin rajoissa. Myös silmämääräisesti tarkasteltuna jakaumat näyttivät lähes normaaleilta. Vinousarvot välillä -0,5 ja 0,5 ovat vielä symmetrisiä. Orientaatioiden kohdalla sekä vinouden että huipukkuuden osalta löytyy joitakin hieman vinoja arvoja.

7.2 Muuttujien väliset korrelaatiot

Perfektionistiset huolet ja perfektionistiset pyrkimykset korreloivat lievästi ($r = .25^{**}$), mutta merkitsevästi (taulukko 4). Myös Ricen ja kollegoiden (2014) tutkimuksessa löytyi lievä korrelaatio näiden kahden ulottuvuuden välille, kuten myös muun muassa Chanin (2009), Grzegorekin ja kollegoiden (2004) sekä Ricen & Ashbyn (2007) tutkimuksissa. Toisaalta esimerkiksi Ståhlbergin ym., (2019) tutkimuksessa ulottuvuudet eivät korreloineet tilastollisesti merkitsevästi. Tulokset viittasivat siihen, että nämä kaksi faktoria mittasivat perfektionismin kahta eri ulottuvuutta. Tämän vuoksi opiskelijoita oli mahdollista myöhemmin jakaa eri ryhmiin perfektionististen ulottuvuuksien perusteella. Tämän jälkeen selvitettiin perfektionististen ulottuvuuksien yhteyttä eri tavoiteorientaatioihin.

Taulukko 4. Summamuuttujien korrelaatiot (Pearson)

Summam.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Huolet	1											
2. Pyrkim.	.25**	1										
3. OO, M	.05	.50**	1									
4. SO, M	.06	.53**	.77**	1								
5. SLO, M	.18**	.50**	.47**	.59**	1							
6. SVO, M	.44**	.24**	.18**	.20**	.43**	1						
7. VO, M	.15**	.19**	-.27**	-.13	.09	.16**	1					
8. OO, E	.05	.38**	.51**	.36**	.12*	.09	-.09	1				
9. SO, E	.04	.35**	.34**	.44**	.22**	.06	.05	.66**	1			
10. SLO, E	.17**	.33**	.12**	.19**	.63**	.32**	.21**	.28**	.51**	1		
11. SVO, E	.43**	.19**	.08	.10*	.33**	.79**	.11**	.08	.11*	.34**	1	
12. VO, E	.05	-.14*	-.09	.02	.22**	.14**	.73**	-.23*	-.02	.22**	.15**	1

OO= Oppimisorientaatio, SO= Saavutusorientaatio, SLO= Suoritus-lähestymisorientaatio, SVO= Suoritus-välttämisorientaatio,

VO= Välttämisorientaatio, M= Matematiikka, E= Englanti

**Korrelaatio on merkitsevä tasolla 0.01 (2-tailed)

*Korrelaatio on merkitsevä tasolla 0.05 (2-tailed)

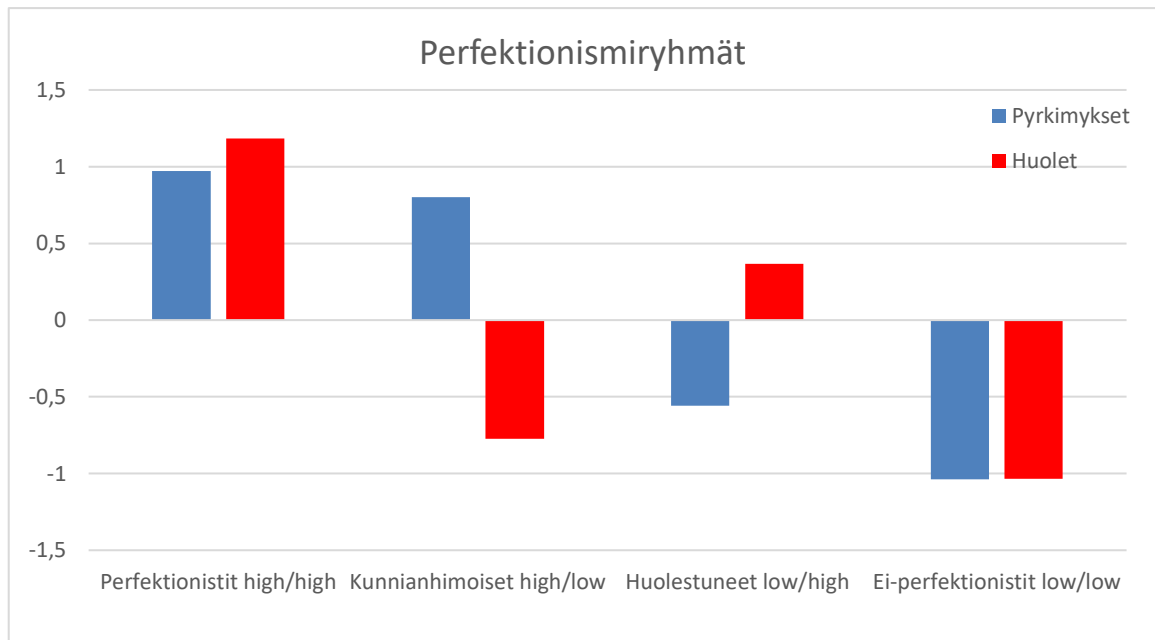
Muuttuja *perfektionistiset huolet* oli yhteydessä ($r = .18^{**}$) suoritus-lähestymisorientaatioon sekä ($r = .44^{**}$) suoritus-välttämisorientaatioon ja ($r = .15^{**}$) välttämisorientaatioon matematiikan vastauksissa. Englannin vastauksissa *perfektionistiset huolet* olivat yhteydessä ($r = .17^{**}$) suoritus-lähestymisorientaatioon ja ($r = .43^{**}$) suoritus-välttämisorientaatioon.

Muuttuja *perfektionistiset pyrkimykset* oli yhteydessä matematiikan vastauksissa odotetusti oppimisorientaatioon ($r = .50^{**}$), saavututorientaatioon ($r = .53^{**}$) ja suoritus-lähestymisorientaatioon ($r = .50^{**}$) sekä myös suoritus-välttämisorientaatioon ($r = .24^{**}$) sekä negatiivisesti yhteydessä välttämisorientaatioon ($r = -.19^{**}$). Mitä enemmän opiskelijalla oli siis perfektonistisia pyrkimyksiä, sitä vähemmän hänellä oli välttämistavoitteita. Englannin vastauksissa *perfektionistiset pyrkimykset* olivat odotetusti yhteydessä oppimisorientaatioon ($r = .38^{**}$), saavututorientaatioon ($r = .35^{**}$), suoritus-lähestymisorientaatioon ($r = .33^{**}$), suoritus-välttämisorientaatioon ($r = .19^{**}$) sekä negatiivisesti yhteydessä välttämisorientaatioon ($r = -.14^{*}$), eli tässäkin perfektonististen pyrkimysten kasvaessa välttämistavoitteet vähenivät.

Muutkin muuttujien väliset korrelaatiot (ks. taulukko 4) olivat linjassa aiemman tutkimuksen kanssa. Oppimis- ja saavututorientaatiot korreloivat keskenään, samoin kaikki suoritusta korostavat orientaatiot (saavutus-, suoritus-lähestymis- ja suoritus-välttämisorientaatiot) sekä välttämistä korostavat orientaatiot (suoritus-välttämis- ja välttämisorientaatio) (ks. Tuominen ym., 2004; Tuominen-Soini ym., 2008, 2011, 2012, Varonen ym., 2018).

7.3 Perfektionismiryhmien muodostaminen

Ensimmäiseen (1) tutkimuskysymykseen pyrittiin saamaan vastaus ryhmittelyanalyysin avulla: Minkälaisia perfektonismiryhmiä lukiolaisten keskuudesta voidaan löytää? Summamuuttujien muodostamisen ja niiden yhteyksien tutkimisen jälkeen aineistolle tehtiin ryhmittelyanalyysi Two-step menetelmällä. Ryhmien lukumäärää ei asetettu etukäteen, vaikka se olisi ollut mahdollista, vaan ohjelma määrittäi ryhmien lukumäärän automaattisesti tilastollisiin tekijöihin nojautuen. Analyysin tarjoaman tilastollisen kriteerin (BIC-arvo) mukaan neljän ryhmän ratkaisu sopi aineistoon parhaiten. Ohjelma jakoi perfektonismiryhmiin kuuluvat vastaajat kahden summamuuttujan, *perfektionistiset huolet* ja *perfektionistiset pyrkimykset*, perusteella neljään ryhmään, ja tämä oli kirjallisuudenkin mukaan odotettu tulos ja linjassa aiemman uudemman tutkimuksen kanssa. Klustereiden laatu oli hyvä, .5 (The silhouette measure of cohesion and separation). Klusterikokojen suhde oli 1,86. Analyysin mukaan perfektonistiset huolet oli ennustajana parempi, kuin perfektonistiset pyrkimykset, mutta ero ei ollut suuri. Ryhmien visuaalinen kuvaus löytyy kuviosta 2.



Kuvio 2. Perfektionismiryhmät (standardoidut muuttujakeskiarvot)

Kuviossa 2 arvot ovat standardoituja summapisteitä. Keskellä näkyy nollan kohdalla otoksen keskiarvo. Alapuolella olevat arvot tarkoittavat, että kyseisellä ryhmällä kyseinen muuttuja saa muihin verrattuna alhaisen arvon ja taas viivan yläpuolella olevat arvot kertovat muihin verrattuna korkeammasta arvosta.

Ensimmäisen ryhmän muodostivat opiskelijat, joita kuvasi korkeat pyrkimykset ja korkeat huolet. Ryhmä nimettiin *perfektionisteiksi*. Tämä oli toiseksi pienin ryhmä, ja siihen kuului 21,3% vastaajista ($N = 92$).

Toisen ryhmän muodostivat opiskelijat, joita kuvasi korkeat pyrkimykset ja matalat huolet. Tämä ryhmä oli toiseksi suurin, siihen kuului 23,8% vastaajista ($N = 103$). Ryhmä nimettiin *kunnianhimoisiksi*. Ryhmää kuvasi suhteellisesti matalat huolet, kun ryhmää verrattiin muihin ryhmiin. Ryhmää kuvasi lisäksi suhteellisesti korkeat pyrkimykset. Tämä viittaa realistisiin odotuksiin ja toisaalta tyytyväisyyteen omia suorituksia kohtaan. Ryhmä nimettiin kunnianhimoisiksi Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) tutkimuksen mukaan, sillä jos perfektionismin kriteereihin kuuluu *sekä korkeat pyrkimykset että korkeat huolet*, ei tämä ryhmä täytä näitä perfektionismin kriteereitä.

Kolmannen ryhmän muodostivat vastaajat, joilla pyrkimykset olivat matalalla ja huolet suhteellisen korkealla. Ryhmä oli suurin tutkituista ryhmistä ja siihen kuului 35,6% vastaajista ($N = 156$). Ryhmä nimettiin *huolestuneiksi*, sillä ryhmää kuvasi suhteellisesti korkeat huolet ja ryhmän pyrkimykset olivat keskimääräistä matalammalla.

Neljäs ryhmä muodostui vastaajista, joilla pyrkimykset ja huolet olivat matalalla. Ryhmä oli tutkituista ryhmistä pienin, siihen kuului 19,2% vastaajista ($N = 83$). Ryhmä nimettiin kirjallisuuden perusteella *ei-perfektionisteiksi*. Tämän ryhmän pyrkimykset ja huolet olivat suhteellisesti matalalla. Kun perfektionismin määritelmänä on pidetty korkeita pyrkimyksiä ja korkeita huolia, ei tämä ryhmä täytä perfektionismin tunnusmerkkejä kummassakaan dimensiossa huolten ja pyrkimysten ollessa kaikkein matalimpia. Ryhmien raakapistekeskiarvot löytyvät taulukosta 5.

Taulukko 5. Ryhmien väliset erot perfektionismin ulottuvuuksissa.

Ryhmä	Perfektionistit	Kunnianhimoiset	Huolestuneet	Ei-perfektionistit	$F(3, 428)$	p	η^2
	$N = 92$	$N = 103$	$N = 156$	$N = 83$			
	ka kh	ka kh	ka kh	ka kh			
Pyrkimykset	5,54 ^a .84	5,32 ^a .66	3,57 .66	2,95 .84	293,790	<.001	.673
Huolet	5,34 .99	2,60 .74	4,20 .71	2,24 .65	325,090	<.001	.695

Vastaukset Likert-asteikolla, skaala 1-7,

Huom. Samalla rivillä olevat keskiarvot, joilla on sama kirjain, eivät eroa toisistaan riskitasolla

$p < .05$ (Games-Howellin korjaus)

Perfektionismiryhmittely selitti 70% huolien tason vaihtelusta ja 67% pyrkimysten vaihtelusta. Post hoc vertailun mukaan kaikki ryhmät erosivat toisistaan tilastollisesti merkitsevästi sen suhteen, kuinka korkeita tai matalia huolia heillä oli. *Perfektionistit* ja *kunnianhimoiset* eivät eronneet toisistaan tilastollisesti merkitsevästi pyrkimysten suhteen, heillä kummallakin pyrkimykset olivat korkealla, kun huolestuneilla ja ei-perfektionisteilla pyrkimykset olivat matalalla. Keskiarvot ja keskihajonnat sekä F -suhde, p -arvo ja efektikoko löytyvät Taulukosta 5.

7.4 Perfektionismiryhmien erot oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa

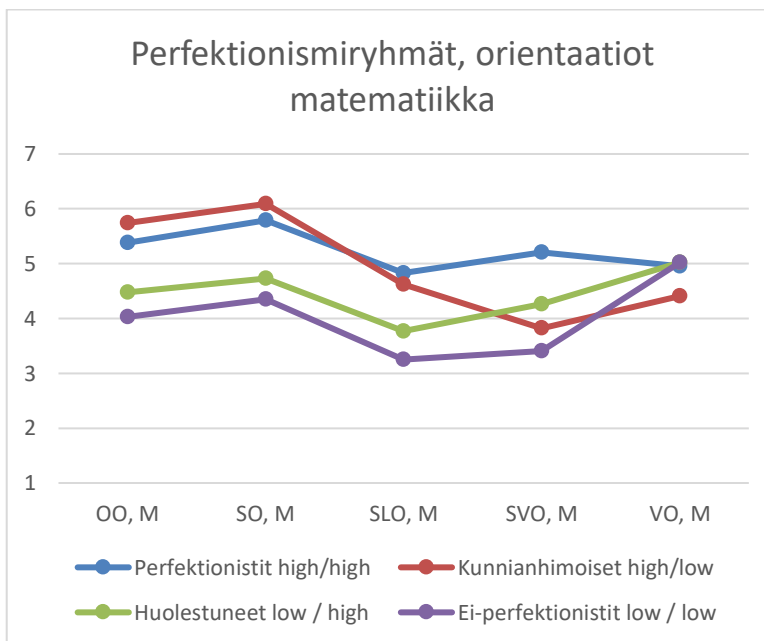
Toista (2) tutkimuskysymystä tutkittiin varianssianalyysin avulla: 1. Millä tavoin perfektionismiryhmät eroavat toisistaan oppiainekohtaisten (matematiikka ja englanti) tavoiteorientaatioiden suhteen? Riippuvina muuttujina varianssianalyysissä oli jokainen tavoiteorientaatio kerrallaan sekä matematiikan että englannin osalta. Ryhmittelevinä muuttujina perfektionismiryhmät 1-4. Keskiarvot ja keskihajonnat sekä F -suhde, p -arvo ja efektikoko Taulukossa 6.

Taulukko 6. Perfektionismiryhmien erot oppiainekohtaisissa tavoiteorientaatioissa

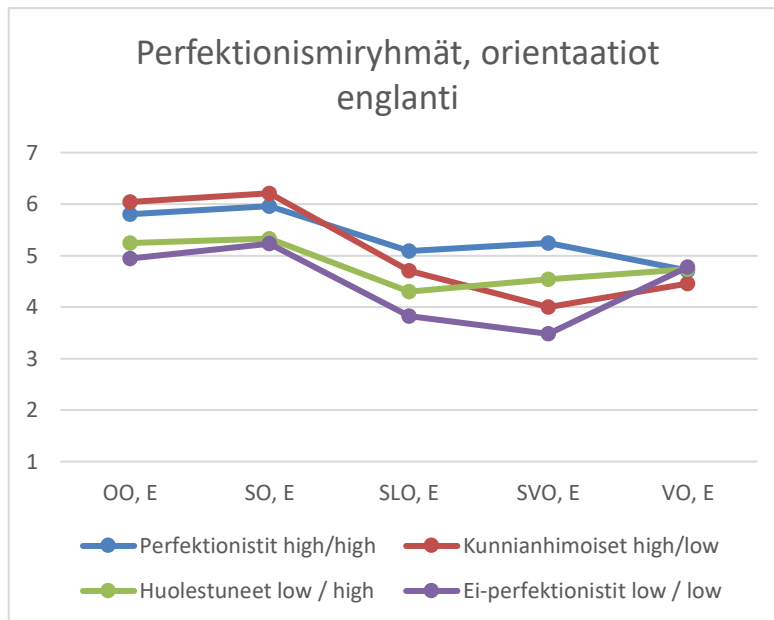
ANOVA								
	Perfektionistit	Kunnianhimoiset	Huolestuneet	Ei-perfektionistit				
	$N = 92$	$N = 103$	$N = 156$	$N = 83$				
	ka kh	ka kh	ka kh	ka kh	$F(3, 428)$	p	η^2	
OO, M ¹	5,38 ^a 1,26	5,74 ^a 1,17	4,48 ^b 1,30	4,03 ^b 1,57	35,225	<.001	.198	
SO, M	5,79 ^a 1,23	6,09 ^a 1,06	4,73 ^b 1,29	4,35 ^b 1,40	43,814	<.001	.235	
SLO, M ¹	4,83 ^a 1,40	4,62 ^a 1,35	3,77 1,27	3,25 1,27	29,295	<.001	.170	
SVO, M	5,21 1,40	3,82 ^{a b c} 1,59	4,26 ^{a b} 1,35	3,41 ^{a c} 1,55	26,311	<.001	.156	
VO, M ¹	4,95 ^a 1,34	4,41 1,40	5,02 ^a 1,23	5,02 ^a 1,30	5,284	.001	.036	
					$F(3, 424)$	p	η^2	
OO, E	5,80 ^a 1,01	6,04 ^a ,89	5,24 ^b 1,25	4,94 ^b 1,54	17,268	<.001	.109	
SO, E	5,96 ^a 1,08	6,21 ^a ,87	5,33 ^b 1,16	5,23 ^b 1,40	18,329	<.001	.115	
SLO, E ¹	5,09 ^{a b} 1,44	4,71 ^{a b c} 1,42	4,30 ^{b c d} 1,34	3,82 ^{c d} 1,52	13,375	<.001	.086	
SVO, E	5,24 1,47	4,00 ^a 1,63	4,54 1,30	3,48 ^a 1,55	23,300	<.001	.142	
VO, E ¹	4,71 ^a 1,42	4,46 ^a 1,42	4,74 ^a 1,23	4,78 ^a 1,35	1,189	.314	.008	

OO= oppimisorientaatio, SO= saavutusorientaatio, SLO= suoritus-lähestymisorientaatio, SVO= suoritus-välttämisorientaatio, VO= välttämisorientaatio, M= matematiikka, E= englanti, Vastaukset Likert-asteikolla, skaala 1-7. *Huom.* Samalla rivillä olevat keskiarvot, joilla on sama kirjain, eivät eroa toisistaan riskitasolla $p < .05$ (Games-Howellin korjaus, ¹ Bonferronin korjaus)

Ryhmät erosivat toisistaan tilastollisesti merkitsevästi kaikkien muiden orientaatioiden kohdalla, paitsi välttämisorientaation (englanti), jossa ero on marginaalinen (ks. Ståhlberg ym., 2019). Perfektionismiryhmittely selitti 20% oppimisorientaation vaihtelusta matematiikkaan vastauksissa, englannin kohdalla selitysosuus oli 11%. Perfektionismiryhmittely selitti saavutusorientaation vaihtelusta matematiikan vastauksissa 24% ja englannin 12%. Suoritus-lähestymisorientaation kohdalla perfektonismiryhmittely selitti matematiikan vastauksissa 17% ja englannin 9% vaihtelusta. Suoritus-välttämisorientaation kohdalla perfektonismiryhmittely selitti matematiikan vastauksissa 16% ja englannin 14% vaihtelusta. Keskiarvot olivat englannin vastauksissa korkeampia kuin matematiikan vastauksissa sekä oppimisorientaation, saavutusorientaation että suoritus-lähestymisorientaation osalta (Taulukko 6). Perfektionismiryhmien erot tavoiteorientaatioiden suhteen on raportoitu kuvioissa 3 ja 4.



Kuvio 3. Perfektionismiryhmät, tavoiteorientaatioiden keskiarvot matematiikka



Kuvio 4. Perfektionismiryhmät, tavoiteorientaatioiden keskiarvot englanti

Kirjallisuuden perusteella oletuksen mukaisesti *perfektionisteilla* ja *kunnianhimoisilla* oli korkeimpia keskiarvoja oppimisorientaation, saavutusorientaation sekä suoritus-lähestymisorientaation kohdalla sekä matematiikan että englannin vastauksissa. Erot ryhmien välillä eivät olleet Post hocin mukaan tilastollisesti merkitseviä. *Perfektionistit* ja *kunnianhimoiset* erosivat oppimis- ja saavutusorientaatiossa kummassakin oppiaineessa tilastollisesti merkitsevästi *huolestuneista* ja *ei-perfektionisteista*, joilla oli tässä tutkimuksessa suhteessa perfektionisteihin ja kunnianhimoisiin melko matalat oppimis- ja saavutusorientaatiot.

Myös ryhmien profiilien tarkastelu osoitti (Kuvio 3 ja 4), että *kunnianhimoisilla* korostui erityisesti oppimis- ja saavutusorientaatiot, sekä arvot suoritus-lähestymisorientaatiossa olivat suhteessa melko korkeita. *Huolestuneilla* taas korostui suhteessa muihin ryhmiin suoritus-välttämisorientaatio. *Perfektionisteilla* korostui suhteessa muihin ryhmiin korkeat arvot kaikissa orientaatioissa, erityisesti suoritus-välttämisorientaatio oli korkea suhteessa muihin ryhmiin. Perfektionisteilla oli useita samanaikaisesti korostuneita pyrkimyksiä. *Ei-perfektionisteilla* oli taas suhteessa matalat arvot kaikissa muissa orientaatioissa, paitsi välttämisorientaatiossa. Orientaatioita ja oppiaineita erikseen tarkasteltaessa oli huomattavaa, että erityisesti englannissa, mutta myös matematiikassa, oppimis- ja saavutusorientaatioiden keskiarvot olivat perfektionisteilla ja kunnianhimoisilla todella korkeita, kunnianhimoisilla arvot jopa yli kuutta.

Perfektionisteilla ja kunnianhimoisilla oli suoritus-lähestymisorientaatioissa korkeammat keskiarvot kuin huolestuneilla ja ei-perfektionisteilla kummassakin oppiaineessa. Post hoc vertailussa perfektionistit ja kunnianhimoiset eivät kuitenkaan eronneet toisistaan tilastollisesti merkitsevästi kummassakaan oppiaineessa. Perfektionistit ja kunnianhimoiset erosivat tilastollisesti merkitsevästi huolestuneista ja ei-perfektionisteista matematiikan vastauksissa. Englannin vastauksissa perfektionistit erosivat sekä huolestuneista että ei-perfektionisteista ja kunnianhimoiset vain ei-perfektionisteista.

Suoritus-välttämisorientaatioissa perfektionistit erosivat tilastollisesti merkitsevästi kaikista ryhmistä kummassakin oppiaineessa, keskiarvot olivat suoritus-välttämisorientaatioissa perfektionisteilla korkeimmat. Huolestuneilla suoritus-välttämisorientaatio korostui myös, he erosivat ryhmänä sekä perfektionisteista että ei-perfektionisteista tilastollisesti merkitsevästi. Kunnianhimoisilla ja ei-perfektionisteilla suoritus-välttämisorientaatio korostui vähiten. Perfektionistien ero kunnianhimoisiin on tässä orientaatioissa merkittävää.

Huolestuneilla ja ei-perfektionisteilla oli korkeimmat keskiarvot välttämisorientaatioissa. Kunnianhimoisilla välttämiskäyttäytymistä oli vähiten, ja he erosivatkin matematiikan vastauksissa tilastollisesti merkitsevästi kaikista muista ryhmistä.

Matematiikassa ryhmien vastaukset erosivat enemmän toisistaan, kun taas englannissa ryhmien keskiarvot olivat lähempänä toisiaan. Erot tavoiteorientaatioiden suhteen olivat kuitenkin samankaltaisia kummassakin oppiaineessa, sekä matematiikassa että englannissa.

8 Luotettavuus

Tutkimuksen validiteetin tarkastelulla selvitettiin tämän tutkimuksen luotettavuutta ja sitä, oliko tutkimuksessa tutkittu sitä, mitä oli tarkoituskin tutkia. Validiteetin tarkastelu jaetaan tässä sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin (Metsämuuronen, 2004). Luotettavuutta tarkastellessa kiinnitettiin huomiota myös mittauksen tarkkuuteen ja reliabiliteettiin (Lindblom-Ylänne ym., 2011; Nummenmaa, 2004). Lindblom-Ylänne ja kollegoiden (2011) mukaan validissa tutkimuksessa tutkimusasetelma, muuttujat ja mittarit kuvaavat tutkittavaa ilmiötä ja muuttujien suhteet on tulkittu oikein. Reliabiliteetilla viitataan tutkimuksen toistettavuuteen.

Sisäisellä validiteetilla viitataan tutkimuksen logiikkaan ja johdonmukaisuuteen (Lindblom-Ylänne ym. 2011). Sisäisellä validiteetilla tarkastellaan tutkimuksen omaa luotettavuutta. Tässä sillä voisi tarkoittaa esimerkiksi sitä, olivatko valitut käsitteet oikeita aiheeseen liittyen ja oliko kirjallisuus ylipäättään valittu oikein (Metsämuuronen, 2003). Tutkimustuloksissa käy ilmi, että tutkimuksen tulokset mukailivat aiempaa tutkimusta ja olivat linjassa esitellyn kirjallisuuden kanssa. Perfektionismin tutkimukseen perehtyessä rajaaminen oli oleellista, mielessä täytyi pitää se, mikä oli oleellista tutkimusongelmien kannalta. Tavoiteorientaatioissa käsitteiden ja ulottuvuuksien haltuun ottaminen tuotti haasteita. Lisäksi loppuvaiheessa kysymyksiä tuotti tavoiteorientaatioiden käsittelyn näkökulma oppiaineisiin liittyen. Kirjallisuusosa kuitenkin pyrittiin rakentamaan loogisesti ja johdonmukaisesti.

Tutkimuksessa käytettiin valmista aineistoa (Tuominen, 2015), jonka mittareista valittiin perfektionismi sekä oppiainekohtaiset tavoiteorientaatiot, jotka oli mitattu kyselyssä matematiikkaan ja englantiin liittyen. Mittari on reliaabeli, jos siihen eivät vaikuta satunnaisvirheet tai olosuhteet. Mittarin konsistenssia eli yhtenäisyyttä mitattiin Cronbachin alfan avulla. Tutkimuksen reliabiliteettia pohdittaessa tarkasteltiin esimerkiksi mittarien johdonmukaisuutta, tarkastelemalla kumpaakin mittaria erikseen.

Tässä tutkimuksessa käytetyssä mittarissa perfektionismia mitattiin aiemmin luotettavaksi todetulla mittarilla the Short Almost Perfect Scale (SAPS, Rice ym., 2014). SAPS on lyhennetty versio perfektionismia mittaavasta APS-R mittarista ja se sisältää ainoastaan kahdeksan väittämää, joilla mitataan perfektionismin kahta ulottuvuutta, korkeita pyrkimyksiä ja huolia. Tässä tutkimuksessa käytetyssä mittarissa oli alun perin yhdeksän väittämää, mutta näistä yksi poistettiin, koska se latautui kummallekin faktorille lähes

saman suuruisena. Väittämän poistaminen nosti alfaa, ja tulos oli luotettavampi kahdeksalla väittämällä.

Tavoiteorientaatiot ovat runsaasti tutkittuja. Tutkimuksessa käytettiin Niemivirran (2002) tavoiteorientaatiomittaria. Mittaria on käytetty useita kertoja aiemminkin, ja se on osoittautunut luotettavaksi (mm. Niemivirta ym., 2013; Tuominen-Soini ym., 2008, 2011, 2012). Cronbachin alfat olivat kaikille summamuuttujille, sekä perfektionismi (2) että tavoiteorientaatiot (10), erittäin hyviä. Arvot olivat välillä 711 -,908. Ne osoittivat, että väittämien sisäinen konsistenssi ja reliabiliteetti olivat hyviä (Metsämuuronen, 2003). Tutkimuksessa käytetty aineisto antoi sellaista informaatiota tutkittavista, minkä avulla oli mahdollista vastata tutkimuskysymyksiin. Tutkimus tukee näkemystä, jonka mukaan neljän ryhmän identifioiminen on mahdollista kirjallisuuteen perustuvien ulottuvuuksien perusteella ja useamman ryhmän identifioiminen auttaa selittämään kattavammin käyttäytymisen eroja. Perfektionismi oli tutkimuksen pääkäsite, joten siksi ryhmittelyä käytettiin vain sen osalta.

Mittaustilanteessa Likert-tyyppiset vastausskaalat ovat saattaneet vaikuttaa luotettavuuteen, sillä kommentointiin ei ole jäänyt vastaajalle tilaa. Vaikka kysymykset olivat hyvin muotoiltuja, on tulkinnalle ja vastaajan kokemukselle voinut jäädä sijaa, opiskelija on voinut kokea tai tulkita kysymyksen eri tavalla kuin tutkija oli tarkoittanut. Määrällistä lähestymistapaa olisi voinut täydentää laadullisella tutkimuksella (esim. haastattelut). Opiskelijat ovat saattaneet kaunistella muutenkin vastauksiaan. Opiskelijoiden taipumus vastata sosiaalisesti suotavalla tavalla (Honkaniemi, 2009) saattaa heikentää tässä suhteessa tutkimuksen reliabiliteettia. Toisaalta, mittarit olivat aiemmin luotettaviksi todettuja ja suuri otoskokokin oli tässä tutkijan puolella. Aineiston keruu tapahtui luokissa oppituntien aikana, opiskelijoilla oli mahdollisuus kysymyksiin. Ainoastaan poissaolon takia kyselyn saattoi täyttää vapaa-ajalla. Vastaaminen perustui vapaaehtoisuuteen ja osallistujille korostettiin, että vastaaminen oli luottamuksellista ja vastaajien anonymiteetistä huolehdittiin.

Ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan tulosten yleistettävyyttä, eli onko tutkimus yleistettävissä ja jos on, niin mihin ryhmiin (Metsämuuronen, 2003). Keskittyminen lukiolaisiin heikentää tämän tutkimuksen tulosten yleistettävyyttä koko ikäluokkaan, sillä lukiolaiset ovat jo valmiiksi ikäluokassaan valikoitunut ryhmä. Lukioikäisiin tulokset ovat laajemmin yleistettävissä. Tutkimuksen aineisto oli poikkileikkausaineisto, joten tuloksista ei voi tehdä kehityksellisiä tulkintoja. Toisaalta tutkimuksen uusiminen seurantatutkimuksena

voisi tuoda lisää informaatiota siitä, muuttuvatko tai kehittyvätkö tutkitut ilmiöt eri ikäryhmillä tai ajan myötä. Tutkimuksen rajaaminen kvantitatiiviseksi tutkimukseksi toi mahdollisimman yleistettävää tietoa ilmiöistä.

9 Pohdintaa

Perfektionismista puhutaan paljon ja usein sanalla on puhekielessäkin hieman negatiivinen kaiku, sillä täydellisyyden tavoittelulla on harvoin ainoastaan hyviä seurauksia. Perfektionismia on tutkittu useista eri näkökulmista, useiden tutkijoiden toimesta. Perfektionismin yhteydet tavoiteorientaatioihin, erityisesti oppiainekohtaisesti ja erityisesti nuorilla opiskelijoilla, on vielä kuitenkin vähemmän tutkittu ilmiö. Perfektionismi ja tavoiteorientaatiot tuovat kumpikin osaltaan perspektiiviä sen tutkimiseen, miten opiskelijoiden tavoitteet ja pyrkimykset muodostuvat ja miten opiskelija orientoituu oppimistilanteisiin (Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019).

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli tutkia sitä, minkälaisia ryhmiä lukiolaisista voidaan perfektionististen ulottuvuuksien (perfektionistiset pyrkimykset ja perfektionistiset huolet) perusteella muodostaa. Ryhmittelyä on käytetty myös aiemmissa perfektionistitutkimuksissa (mm. Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2011; Ståhlberg ym., 2019; Wang, 2012). Ryhmittelyanalyysissä ryhmien lukumääräksi muodostui neljä ja ryhmittelyn tulos oli kirjallisuudenkin mukaan odotettu ja linjassa uudemman tutkimuksen kanssa (mm. Rice ym., 2011; Sironic & Reeve, 2011; Ståhlberg ym., 2019; Wang, 2012). Tämän tutkimuksen ryhmittelyn tulos muistutti 2 x 2 perfektionismiryhmittelyn mallia (Gaudreau & Thompson, 2010). Tässä tutkimuksessa löydetty neljä ryhmää nimettiin *perfektionisteiksi* (21,3%), *kunnianhimoisiksi* (23,8%), *huolestuneiksi* (35,6%) ja *ei-perfektionisteiksi* (19,2%).

Ryhmässä, joka nimettiin *perfektionisteiksi*, korostui sekä korkeat pyrkimykset että korkeat huolet ja tämän vuoksi ryhmä muistutti tämän tutkimuksen kirjallisuusosuuden maladaptiivisia perfektionisteja. Tutkimuksessa käytetyn mittarin perfektionismiväittämät olivat erityisesti perfektionististen huolien suhteen äärimmäisiä. Ryhmän keskiarvo perfektionistisissa huolissa oli korkea (5,34), mikä tarkoittaa sitä, että ryhmässä oli annettu usein suhteellisen korkeita arvoja huolia kuvaaville väittämille (*"En ole juuri koskaan tyytyväinen aikaansaannoksiini"*, *"Tuskin koskaan tunnen, että se mitä olen tehnyt, on tarpeeksi hyvää"*, *"Olen usein huolestunut siitä, että en pysty täyttämään omia odotuksiani"* ja *"Saavutukseni yltyvät vain harvoin korkeisiin tavoitteisiin"*). Vaikka pyrkimykset olivat ryhmässä myös korkeat, on tulokseen kiinnitettävä huomiota, sillä esimerkiksi Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) mukaan korkeat huolet, korkeista pyrkimyksistä huolimatta, ovat yhteydessä suorittamiseen tähtääviin tavoitteisiin. Myös aiemmissa tutkimuksissa on löydetty yhteyksiä maladaptiivisen perfektionismin ja suoritustavoitteiden välillä (mm.

Hanchon, 2010; Stoeber ym., 2008). Perfektionististen huolien on aiemmin nähty olevan yhteydessä myös esimerkiksi heikompiin saavutuksiin ja matalampaan itsetuntoon (Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019) sekä tehtävän välttämiseen (Stoeber & Rambow, 2007). Huoli omasta kyvykkyydestä voi muodostua myös oppimisen esteeksi (Niemivirta ym., 2013; Powers ym., 2005). Korkeat huolet heikentävät opiskelijan motivaatiota, sillä perfektionisti pelkää virheitä toisten edessä ja epäilee omaa osaamistaan (Hanchon, 2010; Shih, 2012; Ståhlberg ym., 2019).

Toinen ryhmä, joka nimettiin *kunnianhimoiseksi*, täytti samat kriteerit kuin kirjallisuusosan adaptiiviset perfektionistit. Ryhmässä korostui korkeat pyrkimykset, mutta huolet olivat matalia. Tämä ryhmä on nähty tutkimuksissa ominaisuuksiltaan ja seurauksiltaan positiivisimpana (mm. Rice & Ashby, 2007; Ståhlberg ym., 2019), sillä korkeat pyrkimykset on yhdistetty korkeisiin akateemisiin suorituksiin, hyvään itsetuntoon, menestyksen tavoitteluun ja opiskelumotivaatioon (Damian ym., 2017; Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019). Lisäksi korkeat tavoitteet on yhdistetty pyrkimykseen oppia ja ymmärtää sekä positiivisiin tunteisiin kouluun liittyen (Damian ym., 2017). Ryhmä nimettiin Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) tutkimuksen mukaan kunnianhimoiseksi, sillä ryhmä ei täytä perfektionismin kriteereitä huolten ollessa matalia. Tämän vuoksi adaptiivisia perfektionisteja, jotka eivät kärsi liiallisesta itsekirittisyydestä, ei tulisi kutsua perfektionisteiksi vaan esimerkiksi kunnianhimoiseksi. Tutkijoilla onkin Niemivirran ja kollegoiden (2019) mukaan erimielisyyttä siitä, onko olemassa myönteistä tai tervettä perfektionismia.

Kolmas ryhmä nimettiin *huolestuneiksi*, tällä ryhmällä korostuivat korkeat huolet, mutta pyrkimykset olivat matalia. Tämä ryhmä on aiemmin tutkimuksissa yhdistetty negatiivisiin ominaisuuksiin ja seurauksiin kuten esimerkiksi suoritus- ja välttämistavoitteisiin (mm. Ståhlberg ym., 2019), ahdistukseen, tyytymättömyyteen, (Rice ym., 2011; Ståhlberg ym., 2019), stressiin ja perfektionismin kieltämiseen (Sironic & Reeve, 2012). Ryhmää onkin uudemmassa kirjallisuudessa pidetty neljän ryhmän mallissa ongelmallisimpana ryhmänä (Gaudreau & Thompson, 2010; Sironic & Reeve, 2011). Vaikka huolet eivät tällä ryhmällä ole yhtä korkeita kuin *perfektionisteilla*, ovat huolet silti korostuneita suhteessa *kunnianhimoisiin* ja *ei-perfektionisteihin* ja yhdessä välttämistavoitteiden kanssa ne on nähty ongelmallisiksi. Tämän aineiston tutkittavista suurin ryhmä edusti huolestuneiden ryhmää. Myös Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) toisessa osatutkimuksessa oli saman suuntainen tulos lukiolaisten osalta. Samankaltainen ryhmä on löydetty myös aiemmissa tutkimuksissa (mm. Rice ym., 2011; Sironic & Reeve, 2012).

Neljäs ryhmä nimettiin *ei-perfektionisteiksi*. Ryhmässä sekä pyrkimykset että huolet olivat suhteellisen matalia. Tähän ryhmään on tutkimuksissa yhdistetty esimerkiksi välttämiskäyttäytymistä ja sosiaalista stressiä, opintoihin sopeutumattomuutta sekä keskinkertaista opintomenestystä (Gilman & Ashby, 2003; Ståhlberg ym., 2019).

Perfektionismiryhmittely selitti 67% pyrkimysten vaihtelusta ja 70% huolien tason vaihtelusta. Ryhmittely oli siis perusteltua, sillä lukiolaiset suhtautuivat eri tavoin siihen, minkälaiset pyrkimykset heillä oli ja kuinka suuria huolia heillä oli. Tässä tutkimuksessa, kuten aiemmissakin (mm. Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019), *perfektionistiset pyrkimykset* olivat yhteydessä oppimisen tavoitteluun, tavoitteeseen saada hyviä arvosanoja sekä toisten päihittämisen tavoitteluun ja kyvyttömyyden osoittamisen välttämiseen. Mitä enemmän opiskelijalla oli perfektonistisia pyrkimyksiä, sitä vähemmän hänellä oli välttämiskäyttäytymistä. Suoritus-välttämistavoitteet ja suoritus-lähestymistavoitteet olivat tässä tutkimuksessa, kuten aiemmissakin, yhteydessä sekä *perfektionistisiin pyrkimyksiin* että *perfektionistisiin huoliin*. *Perfektionistiset huolet* olivat yhteydessä suoritus- ja välttämistavoitteisiin (ks. Stoeber & Rambow, 2007; Ståhlberg ym., 2019).

Tutkimuksen toisena tavoitteena oli selvittää, millä tavoin muodostetut perfektonismiryhmät eroavat toisistaan tavoiteorientaatioiden suhteen. Oletuksen mukaisesti *perfektionisteille* ja *kunnianhimoisille* oli tyypillistä tavoitella oppimista ja hyviä arvosanoja kummassakin oppiaineessa. *Perfektionisteilla* oli samanaikaisesti useita kilpailevia tavoitteita, he tavoittelivat oppimisen sekä absoluuttisen menestyksen lisäksi suhteellista menestystä eli muiden päihittämistä kummassakin oppiaineessa. Sosiaalisella vertailulla oli perfektonisteille merkitystä, he vertasivat itseään toisiin opiskelijoihin ja toisaalta myös pyrkivät välttelemään epäonnistumista toisten silmissä sekä myös välttelivät ylipäättään työhön ryhtymistä.

Tulokset osoittavat, että perfektonismiryhmät olivat eri tavoin yhteydessä tavoiteorientaatioihin. Aiemmissa tutkimuksissa adaptiivisen perfektonismin (joka on tässä tutkimuksessa nimetty *kunnianhimoisiksi*) on huomattu olevan maladaptiivista perfektonismia (joka on tässä nimetty *perfektionismiksi*) todennäköisemmin yhteydessä oppimistavoitteisiin (Chan, 2009; Hanchon, 2010; Ståhlberg ym., 2019) tai suoritustavoitteisiin (Hanchon, 2010; Speirs Neumeister & Finch, 2006; Verner-Filion & Gaudreau, 2010). Tässä tutkimuksessa kunnianhimoiset ja perfektonistit eivät kuitenkaan eronneet oppimistavoitteiden tai suhteellisen menestyksen tavoittelun suhteen tilastollisesti merkitsevästi toisistaan. Aiemmissa tutkimuksissa myös maladaptiivisen perfektonismin (joka

on tässä nimetty *perfektionismiksi*) on nähty olevan yhteydessä sekä suoritus-lähestymistavoitteisiin että suoritus-välttämistavoitteisiin (Chan, 2009; Hanchon, 2010; Speirs Neumeister & Finch, 2006; Ståhlberg ym., 2019; Verner-Filion & Gaudreau, 2010). Suoritus- ja välttämistavoitteiden on aiemmin todettu olevan hyvinvoinnin ongelmille altistavia (mm. Tuominen-Soini ym., 2008, 2012). Tämän vuoksi onkin huomioitava, että *perfektionisteille* oli tärkeää välttää kummassakin oppiaineessa kyvyttömältä ja tyh-mältä näyttämistä, sillä kunnianhimoisilla nämä tavoitteet olivat suhteessa matalia.

Oli kiinnostavaa, että keskiarvot oppimis-, saavutus- ja suoritus-lähestymisorientaati-ossa olivat kaikkien ryhmien kohdalla hieman korkeampia englannin kuin matematiikan vastauksissa, eli näytti siltä, että ryhmät tavoittelivat englannissa oppimista, hyviä arvo-sanoja ja toisten päihittämistä enemmän kuin matematiikassa. Erot ryhmien välillä näyttivät olevan tavoiteorientaatioissa matematiikan vastauksissa myös suurempia kuin englannin vastauksissa. Vaikka perfektionismia pidetään luonteenpiirteen omaisena taipumuksena, oli kiinnostavaa, että silti perfektionismiryhmät näyttivät eroavan myös oppiainekohtaisessa motivaatiossa eri oppiaineissa. Erot olivat myös mielekkäitä ja teorian mukaisia. Näytti siis olevan mahdollista osittain valita mitä tavoittelee perfekti-onismista huolimatta.

Tässä tutkimuksessa näkyi myös, että opiskelijalla voi olla samanaikaisesti useita erilai-sia pyrkimyksiä. Henkilösuuntautunut tutkimusote antoiakin tässä mahdollisuuden tarkas-tella sitä, mitkä orientaatioiden ja perfektionististen ulottuvuuksien yhdistelmät voivat olla oppimisen ja seurausten kannalta opiskelijalle edullisia tai haitallisia. Opiskelijan pyrki-mysten tarkastelu kahdesta näkökulmasta - perfektionististen pyrkimysten ja huolien sekä tavoiteorientaatioiden näkökulmasta – voi antaa kokonaisvaltaisempaa tietoa opis- kelijan vaikuttimista ja esimerkiksi siitä, minkälaiset asiat voivat haitata oppimista.

Lukiolaisista *perfektionisteja* oli tämän tutkimuksen mukaan 21,3%. Perfektionististen piirteiden on huomattu lisääntyneen opiskelijoiden keskuudessa viimeisten 25 vuoden aikana. Opiskelijoiden kokema ahdistus ja yksinäisyys ovat myös lisääntyneet (Curran & Hill, 2017). Koska *perfektionistien* ryhmässä oli havaittavissa seurauksiltaan epäsuotui-sia tavoitteita, kuten suoritus- ja välttämistavoitteet, olisi nämä opiskelijat hyvä tunnistaa. *Perfektionistien* pyrkimys tavoitella hyviä arvosanoja ja olla parempi kuin muut, yhdessä muiden samanaikaisten kilpailevien tavoitteiden, kuten välttämistavoitteiden kanssa, voi-vat lisätä opiskelijan stressiä. Menestymisen taustalla on hyvin erilaisia pyrkimyksiä ja lukiolaiset motivoituvat opiskeluun eri tavoin. Oppimiseen liittyvät uskomukset ovat usein

tiukassa, ja ne ovat muodostuneet pitkän polun seurauksena liittyen muun muassa opiskelijan aikaisempiin kokemuksiin. Pelkän arvosanan perusteella on vaikea sanoa, tavoitteleeko opiskelija oppimista vai ainoastaan hyvää arvosanaa. Perfektionismin roolin, vaikutusmekanismien, hyötyjen ja riskien ymmärtäminen voi auttaa opiskelijoiden haasteiden ymmärtämisessä ja opiskelijoiden ohjaamisessa (Rice & Slaney, 2002).

Lukiolaisilla korostui tässä tutkimuksessa oppimiseen suuntautuvat tavoitteet. Profiilit olivat suurelta osin myönteisiä. Myös Tuominen-Soini, Salmela-Aro ja Niemivirta (2010) sekä Ståhlberg ja kollegat (2019) havaitsivat motivaatioprofiilien olevan lukiolaisilla suurelta osin myönteisiä. Vaikka ryhmien keskiarvot orientaatioissa tässä tutkimuksessa erosivat toisistaan, eivät erot olleet suuria. Lukiolaiset ovat jo valmiiksi valikoitunut joukko opiskelijoita, ja tulokset olisivat voineet olla hieman erilaisia, jos tutkimuksen kohteena olisi ollut ikäryhmä laajemmin. Tutkimus olisikin mielenkiintoista toteuttaa koko ikäryhmälle, esimerkiksi yläasteikäisille, tai kaikille toisen asteen opiskelijoille, lukiolaisten lisäksi myös ammattikoulun opiskelijoille. Tällöin tuloksia päästäisiin vertaamaan koko ikäluokkaan. Tämä voisi tuoda tuloksiin laajempaa yleistettävyyttä, sillä yläasteella tai toisella asteella laajemmin katsottuna näkyy koko yhteiskunnan kirjo. Toisaalta tutkimus olisi myös mielenkiintoista tehdä uudestaan samalle kohderyhmälle, eli lukiolaisille. Tässä voisi nähdä muuttuuko tai vahvistuuko ilmiö (ks. Curran & Hill, 2017) tai yhteydet ajan myötä. Jatkotutkimusaiheita tälle tutkimukselle voisi olla edellisten lisäksi lukiolaisten ryhmittelyn tarkempi analysointi ja ryhmittelyn yhteydet erilaisiin seurauksiin, kuten uupumukseen, opintomenestykseen oppiainekohtaisesti tai stressiin. Näin voitaisiin tutkia lukiolaisten hyvinvointia laajemminkin, sillä perfektionistitutkimuksessa toisen asteen ikäryhmä on ollut tutkimuksen kohteena harvemmin kuin yliopistoikäiset opiskelijat tai aikuiset.

Vaikka lukiolaisten profiilit olivat suurelta osin myönteisiä, on huomattava, että huolestuneiden ryhmä oli tässä tutkimuksessa suurin (35,6%). Ståhlbergin ja kollegoiden (2019) tutkimuksessa oli vastaava löydös lukiolaisten osalta. Perfektionismin ohella lukiolaisten jaksaminen on ollut otsikoissa viime aikoina. Monilla ei ole vielä lukion alussa selkeitä jatkosuunnitelmia. Valintakoeuudistuskin tuonee lisää stressiä, etenkin täydellisyyteen pyrkiville nuorille, jotka ovat huolissaan valinnoistaan ja suorituksistaan. Koulu-uupumus on viimeisimmän kouluterveyskyselyn (Kouluterveyskysely, 2019) mukaan noussut lukioikäisillä hieman koko maassa edellisestä mittauskerrasta (2017). Tätä ei voi ohittaa, vaan olisikin selvitettävä, miksi osa lukiolaisista on huolissaan opinnoistaan. Perfektionismia ja tavoiteorientaatioita yhdessä tutkimalla onkin mahdollista saada lisää ymmär-

rystä opiskelijoiden tavoitteiden tasosta ja laadusta. Jos seuraavassa opiskelutyössä tavoitteet ovat aina edellistä korkeammalla ja tätä kautta jokainen työ on edellistä parempi, nousee rima vain entistä korkeammalle. Toisaalta täydellisyyttä tavoitellessaan perfektionisti ei välttämättä edes uskalla tarttua haasteisiin tai hän saattaa vältellä riskejä. Ehkä perfektionisti pelkää paljastuvansa täydellisyyden tavoittelussaan keskinkertaiseksi, kerrassaan tavalliseksi. Liiallisen itsekritiikin tunnistaminen voi auttaa eteenpäin itsensä hyväksymisessä. Myös omia pyrkimyksiä on syytä välillä tarkastella, sillä joskus vähempikin voi riittää. Milloin ja mikä on riittävän hyvää?

Lähteet

Aikio, A. & Vornanen, R. 1997. *Uusi sivistyssanakirja*. 16. painos. Kustannusyhtiö Otavan painolaitokset. Keuruu.

Ashby, J., Dickinson, W., Gnilka, P., & Noble, C. (2011). Hope as a Mediator and Moderator of Multidimensional Perfectionism and Depression in Middle School Students. *Journal of Counseling and Development*, 89(2), 131-139.

Bergman, L. R., Magnusson, D., & El-Khoury, B. M. (2003). Studying individual development in an interindividual context: A person-oriented approach. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50(12), 1003-1020.

Boekaerts, M., & Niemivirta, M. (2000). Self-regulated learning: Finding a balance between learning goals and ego-protective goals. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (417–450). San Diego, CA: Academic Press.

Capan, B. E., (2010) Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, 1665–1671. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.342

Chan, D. W. (2009). Perfectionism and Goal Orientations Among Chinese Gifted Students in Hong Kong. *Roeper Review*, 31, 9-17. doi: 10.1080/02783190802527331

Curran, T., & Hill, A. P. (2017). Perfectionism is increasing over time: A meta analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410–429. doi: 10.1037/bul0000138

Damian, L. E., Stoeber, J., Negru-Subtirica, O., & Băban, A. (2017). Perfectionism and school engagement: A three-wave longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 105, 179-184. doi: /10.1016/j.paid.2016.09.044

- Dowson, M., & McInerney, D. M. (2001). Psychological parameters of students' social and work avoidance goals: A qualitative investigation. *Journal of Educational Psychology*, 93, 35-42. doi: 10.1037/0022-0663.93.1.35
- Dweck, C. (1986). Motivational Processes Affecting Learning. *American Psychologist*, 41(10), 1040-1048. doi: 10.1037/0003-066X.41.10.1040
- Elliot, A., & Harackiewicz, J. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 461-475. doi: 10.1037/0022-3514.70.3.461.
- Frost, R., Heimberg, R., Holt, C., Mattia, J., & Neubauer, A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality & Individual Differences*, 14, 119–126. doi: 10.1016/0191-8869(93)90181-2
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990) The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. doi: 10.1007/BF01172967
- Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2 x 2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48, 532–537. doi: 10.1016/j.paid.2009.11.031
- Gilman, R., & Ashby, J. (2003). A first study of perfectionism and multidimensional life satisfaction among adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 23(2), 218–235. doi: 10.1177/0272431602250942
- Grzegorek, J., Slaney, R., Franze, S., & Rice, K. (2004). Self-Criticism, Dependency, Self-Esteem, and Grade Point Average Satisfaction Among Clusters of Perfectionists and Nonperfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 192–200. doi: 10.1037/0022-0167.51.2.192
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hanchon, T. A. (2010) The relations between perfectionism and achievement goals. *Personality and Individual Differences*, 49(8), 885-890 doi: 10.1016/j.paid.2010.07.023

- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. doi: 10.1037/0022-3514.60.3.456
- Hollender, M. (1978) Perfectionism, a neglected personality trait. *The Journal of Clinical Psychiatry*. 39(5): 384.
- Honkaniemi, L. (2009). Persoonallisuuden kaunistelu kyselyvastauksissa. Teoksessa Metsäpelto, R.-L. & Feldt, T. (toim.), *Meitä on moneksi: persoonallisuuden psykologiset perusteet*. (229-246). Jyväskylä. PS-Kustannus.
- Horney, K. (1951): *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. London: Routledge & Kegan Paul
- Horney, K. (1950). Neurosis and human growth. *The American Scholar*, 19(4), 409-421
- Kaplan, A., & Maehr, M. L. (2007). The contributions and prospects of goal orientation theory. *Educational Psychology Review*, 19(2), 141–184. doi: 10.1007/s10648-006-9012-5
- Kobori, O., Hayakawa, M., & Tanno, Y. (2009). Do perfectionists raise their standards after success? An experimental examination of the revaluation of standard setting in perfectionism. *Journal of Behavior therapy and Experimental Psychiatry*, 40(4), 515–521. doi: 10.1016/j.jbtep.2009.07.003
- Kouluterveyskysely (2019), Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Lapset, nuoret ja perheet. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/hyvinvointi-osallisuus-ja-va-paa-aika>
- Lindblom-Ylänne, S., Paavilainen, E., Pehkonen, L., & Ronkainen, S. (2011). *Tutkimuksen voimasanat*. Helsinki. WSOYpro.
- Lo, A., & Abbott, M. (2013). The impact of manipulating expected standards of performance for adaptive, maladaptive, and non-perfectionists. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 762–778. doi: 10.1007/s10608-013-9528-1

Mills, J., & Blankstein, K. (2000). Perfectionism, intrinsic vs. extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: A multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29, 1191–1204. doi: 10.1016/S0191-8869(00)000039

Määttä, S., Nurmi, J.-E., & Stattin, H. (2007). Achievement orientations, school adjustment and well-being: a longitudinal study. *Journal for Research on Adolescence*, 17(4), 789 – 812.

Nicholls, J. (1984) Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346. doi: 10.1037/0033-295X.91.3.328

Niemivirta, M. (2002). Motivation and performance in context: The influence of goal orientations and instructional setting on situational appraisals and task performance. *Psychologia*, 45, 250–270. doi:10.2117/psysoc.2002.250

Niemivirta, M., Pulkka, A.-T., Tapola, A. & Tuominen-Soini, H. (2013). Tavoiteorientaatioprofiilit ja niiden yhteys tilannekohtaiseen motivaatioon ja päättelytehtävässä suoriutumiseen. *Kasvatus*, 44, 533–547.

Niemivirta, M., Pulkka, A.-T., Tapola, A., & Tuominen, H. (2019). Achievement goal orientations: A person-oriented approach. Teoksessa K. A. Renninger & S. E. Hidi (toim.) *The Cambridge Handbook of Motivation and Learning* (566-616). Cambridge: Cambridge University Press.

Nounopoulos, A., Ashby, J., & Gilman, R. (2006). Coping resources, perfectionism, and academic performance among adolescents. *Psychology in the Schools*, 43, 613–622. doi: 10.1002/pits.20167

Nummenmaa, L. (2004). *Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät*. Helsinki: Tammi.

Pacht, A. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386–390. doi: 10.1037/0003-066X.39.4.386

Parker, W. (2000). Healthy Perfectionism in the Gifted. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 173-182.

Parker, W. D., & Adkins, K. K. (1995). Perfectionism and the gifted. *Roeper Review*, 17(3), 173-175. doi: 10.1080/02783199509553653

Pintrich, P. (2000). Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 92(3), 544–555. doi: 10.1037//0022-0663.92.3.544

Powers, T., Koestner, R., & Topciu, R. (2005). Implementation Intentions, Perfectionism, and Goal Progress: Perhaps the Road to Hell Is Paved With Good Intentions. *PSPB*, 31(7), 902–912. doi: 10.1177/0146167204272311.

Rice, K., & Ashby, J. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 72–85. doi: 10.1037/0022-0167.54.1.72

Rice, K., Ashby, J., & Gilman, R. (2011). Classifying Adolescent Perfectionists. *Psychological Assessment*, 23(3), 563–577. doi: 10.1037/a0022482

Rice, K., Ashby, J., & Slaney, R. (2007): Perfectionism and the Five-Factor Model of Personality. *Assessment*, 14(4), 385–398. doi: 10.1177/1073191107303217

Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238–250. doi: 10.1037/0022-0167.47.2.238

Rice, K., Richardson, C., & Tueller, S. (2014). The Short Form of the Revised Almost Perfect Scale. *Journal of Personality Assessment*, 96(3), 368-379. doi: 10.1080/00223891.2013.838172

Rice, K., & Slaney, R. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation*, 35(1), 35–48. doi: 10.1080/07481756.2002.12069046

SAPS (Short Almost Perfect Scale; Rice ym., 2014), APS Revised, The Perfectionism Scales (Slaney & Colleagues). <http://kennethwang.com/apsr/measures.html>

- Senko, C., Hulleman, C., & Harackiewicz, J. (2011). Achievement goal theory at the crossroads: Old controversies, current challenges, and new directions. *Educational Psychologist*, 46(1), 26–47. doi: 10.1080/00461520.2011.538646
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21(6), 879–906. doi: 10.1016/S0272-7358(00)00072-6
- Shih, S.-S. (2011). Perfectionism, Implicit Theories of Intelligence, and Taiwanese Eighth-Grade Students' Academic Engagement. *Journal of Educational Research*, 104(2), 131-142. doi: 10.1080/00220670903570368
- Shih, S.-S. (2012). An examination of academic burnout versus work engagement among taiwanese adolescents. *Journal of Educational Research*, 105(4), 286-298. doi: 10.1080/00220671.2011.629695
- Shih, S.-S. (2013). Autonomy Support Versus Psychological Control, Perfectionism, and Taiwanese Adolescents' Achievement Goals. *The Journal of Educational Research*, 106(4), 269-279. doi: 10.1080/00220671.2012.692734
- Sironic, A., & Reeve, R. (2012). More evidence for four perfectionism subgroups, *Personality and Individual Differences*, 53(4), 437–442. doi: 10.1016/j.paid.2012.04.003
- Slaney, R., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling and Development*, 74(4), 393–398. doi: 10.1002/j.15566676.1996.tb01885.x
- Slaney, R., Rice, K., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, S. (2001) The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145. doi: 10.1080/07481756.2002.12069030
- Speirs Neumeister, K., & Finch, H. (2006). Perfectionism in high-ability students: Relational precursors and influences on achievement motivation. *Gifted Child Quarterly*, 50(3), 238–251. doi: 10.1177/001698620605000304
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319.

Stoeber, J., & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 42, 1379–1389. doi: 10.1016/j.paid.2006.10.015

Stoeber, J., Stoll, O., Pescheck, E., & Otto, K. (2008). Perfectionism and achievement goals in athletes: Relations with approach and avoidance orientations in mastery and performance goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 102–121. doi: 10.1016/j.psychsport.2007.02.002

Ståhlberg, J., Tuominen, H., Pulkka, A-T., & Niemivirta, M. (2019). Maintaining the self? Exploring the connections between students' perfectionistic profiles, self-worth contingency, and achievement goal orientations. *Personality and Individual Differences*, 151, [109495]. doi: /10.1016/j.paid.2019.07.005

Suddarth, B. B., & Slaney, R. B. (2001). An investigation of the dimensions of perfectionism in college students. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*, 34, 157–165.

Tapola, A., & Niemivirta, M. (2008). The role of achievement goal orientations in students' perceptions of and preferences for classroom environment. *British Journal of Educational Psychology* 78(8), 291–312. doi:10.1348/000709907X205272

Tirri, K., Kuusisto, E., & Laine, S. (2018). Kasvun ajattelutapa motivoi oppimaan. Teoksessa Salmela-Aro, K. (toim) *Motivaatio ja oppiminen* (65-76). Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Tuominen, H. (2015). Research project “Student motivation and well-being in general upper secondary school”, 2013-2015, Faculty of Educational Sciences, University of Helsinki.

Tuominen, H., Pulkka, A-T., Tapola, A., & Niemivirta, M. (2017). Tavoiteorientaatiot, oppiminen ja hyvinvointi. Teoksessa: K. Salmela-Aro, & J-E. Nurmi, (toim.) *Mikä meitä liikuttaa. Motivaationpsykologian perusteet* (80-98). Juva: PS-kustannus.

Tuominen-Soini, H. (2012). *Student motivation and well-being: Achievement goal orientation profiles, temporal stability, and academic and socio-emotional outcomes*. Studies

in Educational Sciences 245. University of Helsinki, Institute of Behavioural Sciences. Helsinki, Finland: Unigrafia.

Tuominen-Soini, H. (2014). Onko nuorella kaikki hyvin, jos koulussa menee hyvin? Teoksessa L. Uusitalo-Malmivaara (toim.), *Positiivisen psykologian voima* (243–263). Jyväskylä: PS-kustannus.

Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2008). Achievement goal orientations and subjective well-being: A person-centred analysis. *Learning and Instruction*, 18, 251–266. doi: 10.1016/j.learninstruc.2007.05.003

Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2010). Ajallinen pysyvyys ja sukupuoli-erot nuorten opiskelumotivaatiossa. *Psykologia*, 45, 386–401.

Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2011). Stability and change in achievement goal orientations: A person-centered approach. *Contemporary Educational Psychology*, 36, 82–100. doi: 10.1016/j.cedpsych.2010.08.002

Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2012). Achievement goal orientations and academic well-being across the transition to upper secondary education. *Learning and Individual Differences*, 22, 290–305. doi: 10.1016/j.lindif.2012.01.002

Varonen, A., Tuominen, H., Hietajärvi, L., Salmela-Aro, K., Hakkarainen, K., & Lonka, K. (2018). Tavoiteorientaatiot, koulutustavoitteet ja koulumenestys kuudennella luokalla. *Psykologia*, 53, 131–151.

Verner-Filion, J., & Gaudreau, P. (2010). From perfectionism to academic adjustment: The mediating role of achievement goals. *Personality and Individual Differences*, 49, 181–186. doi: 10.1016/j.paid.2010.03.029

Wang, K. T. (2012). Personal and family perfectionism of Taiwanese college students: Relationships with depression, self-esteem, achievement motivation, and academic grades. *International Journal of Psychology*, 47(4), 305–314. doi: 10.1080/00207594.2011.626050

Wentzel, K. (1998). Social relationship and motivation in middle school: The role of parents, teachers and peers. *Journal of Educational Psychology*, 90(2), 202–209.

Wong, M., & Csikszentmihalyi, M. (1991). Motivation and academic achievement: The effects of personality traits and the quality of experience. *Journal of Personality*, 59(3), 539–574.

Wrosch, G., Scheier, M., Miller, G., Schulz, R., & Carver, C. (2003). Adaptive self-regulation of unattainable Goals: Goal disengagement, goal reengagement, and subjective well-being. *PSPB*, 29(12), 1494-1508. doi: 10.1177/014616720325

